



SKRIPSI

**KECANDUAN *GAME ONLINE* SISWA DAN PENANGANANNYA PADA
ERA PANDEMI DI SMA NEGERI 13 BONE (STUDI KASUS SMA
NEGERI 13 BONE)**

***STUDENTS' ONLINE GAME ADDICTION AND HANDLING IN THE
PANDEMIC ERA IN SMA NEGERI 13 BONE (CASE STUDY OF SMA
NEGERI 13 BONE)***

**AIKA RAHMATIKA ASRI
1744042028**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2022**



SKRIPSI

**KECANDUAN *GAME ONLINE* SISWA DAN PENANGANANNYA PADA
ERA PANDEMI DI SMA NEGERI 13 BONE (STUDI KASUS SMA
NEGERI 13 BONE)**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Strata Satu
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar

**AIKA RAHMATIKA ASRI
1744042028**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2022**



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (UNM)
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
Alamat :Jl.Tamalate I Kampus Tidung
Fax(0411)883076,(0411)884457Makassar

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Naskah Skripsi dengan Judul “Kecanduan *Game Online* Siswa dan Penanganannya Pada Era Pandemi di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone)”

atas nama :

Nama : Aika Rahmatika Asri
NIM : 1744042028
Jurusan/Prodi : PPB (Psikologi Pendidikan dan Bimbingan)/BK
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti, naskah skripsi ini telah memenuhi syarat untuk diujikan.

Pembimbing I

Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons
NIP. 19720817 200212 1 001

Makassar, 26 Juli 2022

Pembimbing II

Nur Fadhilah Umar, S.Pd., M.Pd
NIP. 19910310 201903 2 019

Disahkan:
Ketua Jurusan
Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Drs. Muhammad Anas, M.Si
NIP. 19601213 198703 1 005



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (UNM)

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan: Tamalate I Tidung, Makassar KP. 90222

Telepon: 884457, Fax. (0411) 884457

Laman: <http://fip.unm.ac.id>; E-mail: fip@unm.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi ini diajukan oleh

Nama/NIM : Aika Rahmatika Asri/1744042028
Judul : Kecanduan *Game Online* Siswa dan Penanganannya Pada Era Pandemi di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone)
Nomor SK : 2216/UN36.4/LT/2021

telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji pada hari Rabu, 03 Agustus 2022 dan dinyatakan dapat diterima sebagai bagian persyaratan memperoleh gelar **Sarjana Pendidikan** pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar.

Disahkan oleh:

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Makassar



Dr. Abdul Saman, S.Pd., M.Si., Kons

NIP. 19720817 200212 1 001

Panitia Ujian

Pimpinan Fakultas : Dr. Mustafa, M.Si

Pimpinan Jurusan : Drs. Muhammad Anas, M.Si

Pembimbing I : Dr. Abdul Saman, S.Pd., M.Si., Kons

Pembimbing II : Nur Fadhilah Umar, S.Pd., M.Pd

Penguji I : Dr. Farida Aryani, M.Pd

Penguji II : Akhmad Harum, S.Pd., M.Pd

RIWAYAT KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Aika Rahmatika Asri
NIM : 1744042028
Jurusan/Prodi : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Kecanduan *Game Online* Siswa Dan Penanganannya Pada Era Pandemi Di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone).

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan karya asli. Seluruh ide yang ada dalam skripsi ini, kecuali yang saya nyatakan sebagai kutipan, dan bukan merupakan pengambil-alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui dengan tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila dikemudian hari saya terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Makassar, 19 Mei 2022

Yang Membuat Pernyataan



Aika Rahmatika Asri

MOTTO

Jangan pernah menyerah dan tetap melangkah ke depan serta jangan lupa

berdoa dan berusaha

(Aika Rahmatika Asri)

Dengan segala kerendahan hati

Kuperuntukkan skripsi ini kepada Almamaterku Universitas Negeri Makassar,

Kedua orang tuaku tercinta Ayahanda Yusriadi Aras, SH dan Ibunda ST.

Aminah, S.Pd yang senantiasa mendoakan, memberi semangat, pengorbanan dan

kerja keras serta kasih sayang yang tulus, adik-adikkutersayang yang selalu

memotivasi, memberikan doa dan semangat, serta kepada keluarga besarku

tercinta terimakasih atas doa dan semangatnya. Semoga Allah SWT senantiasa

melindungi dan memberikan rahmat kepada kita semua.

ABSTRAK

AIKA RAHMATIKA ASRI, 2022. Kecanduan *Game Online* Siswa Pada Era Pandemi Dan Penanganannya (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone). Skripsi dibimbing oleh Bapak Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons dan Ibu Nur Fadhillah Umar, S.Pd. M.Pd. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah tentang Kecanduan *Game Online* Siswa Pada Era Pandemi Dan Penanganannya di SMA Negeri 13 Bone). Kajian utama dari penelitian ini adalah : (1) Gambaran kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone. (2) Apa faktor-faktor yang menimbulkan kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone. (3) Bagaimana upaya penanganan kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone. Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus klinis. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis deskriptif, menggunakan data primer dan sekunder, dengan teknik triangulasi. Hasil penelitian yang diperoleh yaitu : (1) Gambaran kecanduan *game online* siswa yang dirasakan selama era pandemi kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone meliputi kurangnya aktivitas fisik, sulit tidur di malam hari, pola makan tidak teratur, kurang berkonsentrasi dalam belajar, tugas sekolah terhambat dan sering menundanya. (2) Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* siswa selama pandemi yaitu faktor eksternal dan internal. (3) Upaya yang dapat dilakukan terhadap subjek yang mengalami kecanduan *game online* siswa adalah dengan pemberian teknik *self management* dalam mengurangi kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW selama pandemi di SMA Negeri 13 Bone. Kesimpulan dari pemberian teknik *self management* untuk siswa kasus MKS dan WW yaitu MKS dan WW sudah melakukan aktivitas penting dan produktif, MKS dan WW sudah tidak begadang atau tidur larut malam lagi karena bermain *game online*, pola makan MKS dan WW sudah teratur kembali, Dalam hal akademik pun MKS dan WW sudah berkonsentrasi dalam belajar dan tugas sekolah sudah tidak terlambat dan ditunda untuk untuk dikerjakan.

Kata Kunci: *Kecanduan Game Online, Era Pandemi, Teknik Self Management*

ABSTRACT

AIKA RAHMATIKA ASRI, 2022. *Students' Online Game Addiction During the Pandemic Era And Its Handling (Case Study of SMA Negeri 13 Bone). Thesis supervised by Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons and Mrs. Nur Fadhilah Umar, S.Pd. M.Pd. Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education. Makassar State University.*

The problem discussed in this study is about Online Game in the Pandemic Era and its Handling at SMA Negeri 13 Bone). The main studies of this study are: (1) Addiction of online game students with the initials MKS and WW at SMA Negeri 13 Bone. (2) What are the factors that cause online game students with the initials MKS and WW at SMA Negeri 13 Bone. (3) How to deal with online game addiction of students with the initials MKS and WW at SMA Negeri 13 Bone. The approach in this research is a qualitative approach with the type of clinical case study research. Data were collected through interviews, and documentation. Data analysis used descriptive analysis, using primary and secondary data, with triangulation techniques. The results obtained are: (1) The description online game felt during the pandemic era of cases with the initials MKS and WW at SMA Negeri 13 Bone including lack of physical activity, difficulty sleeping at night, irregular eating patterns, lack of concentration in studying, schoolwork is hampered and often procrastinates. (2) The factors that influence online game during the pandemic are external and internal factors. (3) Efforts that can be made on subjects who are addicted to online games techniques self-management in reducing online game addiction for students with the initials MKS and WW during the pandemic at SMA Negeri 13 Bone. techniques self-management can help students to organize themselves in order to develop targeted behavior and also realize and help the counselee to condition the environment so that efforts to reduce online game can be reduced. The conclusion from the provision of self management techniques for students in MKS and WW cases is that MKS and WW have done important and productive activities, MKS and WW have not stayed up late or slept late again because of playing online games, MKS and WW's eating patterns are back to normal. Even academically, MKS and WW have concentrated on studying and schoolwork is not too late and has been postponed to be done.

Keywords: *Online Game Addiction, Pandemic Era, Self Management Techniques*

KATA PENGANTAR

Assalamu alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah, puji & syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat yang dikaruniakan, sehingga skripsi yang berjudul “Kecanduan game online siswa pada era pandemi dan penanganannya di SMA Negeri 13 Bone (Studi kasus SMA Negeri 13 Bone)” dapat diselesaikan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan akademis guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar. Dengan segala kesadaran dan kerendahan hati penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya ini sangat banyak mengalami hambatan dan ujian. Namun dengan modal kesabaran serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Teristimewa dari hati yang paling dalam ucapan terima kasih yang tulus kepada bapak Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons dan ibu Nur Fadhilah Umar S.Pd., M.Pd selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang membimbing saya sampai skripsi ini dapat terselesaikan. Selain itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Husain Syam, M.TP., IPU., ASEAN Eng Sebagai Rektor Universitas Negeri Makassar atas segala kemampuan diberikan untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Makassar.
2. Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons sebagai Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar atas segala kebijaksanaan dan dukungannya sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan secara lancar.
3. Dr. Mustafa, M.Si sebagai Wakil Dekan I, Dr.Pattaufi, M.Pd sebagai Wakil Dekan II, dan Dr. Ansar, M.Si ssebagai Wakil Dekan III Fakultas Ilmu

Pendidikan Universitas Negeri Makassar atas bantuan admistrasinya.

4. Drs.H. Muhammad Anas, M.Si dan Suciani Latif, S.Pd, M.Pd sebagai Ketua dan Sekertaris Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP UNM. Yang dengan penuh perhatian memberikan bimbingan dan memfasilitasi penulis selama proses perkuliahan.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan. Khususnya Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
6. Teristimewa untuk orang tuaku tercinta Ayahanda Yusriadi Aras, SH dan ST. Aminah, S.Pd yang telah merawat, membesarkan serta mendidik penulis dengan mencurahkan segala cinta, kasih sayang, pengorbanan, kerja keras, perhatian doa dan harapannya yang senantiasa mengiringi langkah penulis sehingga bisa menyelesaikan studinya.
7. Untuk saudariku, Aila Rahmadani Asri, terimakasih yang sedalam-dalamnya saya haturkan tanpa saudariku saya tidak bisa sampai seperti sekarang.
8. Sahabat-sahabatku tercinta: Muhammad Wildan, Alifah Sulaeman, Nur Fajri Kasmin Marina, Marianna Renata, Muh. Aslam Tompo, dan Fahrul Islam dan Nurpadhillah Junaid yang selalu menemani saat penulis berjuang menyusun mulai dari proposal hingga ujian tutup, yang tidak pernah bosan mendengarkan keluhan penulis tentang sulitnya proses peyusunan ini serta tidak pernah lelah menyemangati saat semangat penulis mulai jenuh terima kasih juga untuk Bayu Rusdi terima kasih selalu

memberikan dukungan, semangat serta selalu ada menemani penulis selama ini dalam keadaan susah maupun senang. Terimakasih sudah menemani dalam suka maupun duka, kebaikan kalian tidak akan pernah penulis lupakan, semoga Allah membalasnya dengan yang lebih baik.

9. Untuk saudara seperjuangan Eksistensi 017 khususnya di kelas C selalu memberikan semangat dan bantuan serta persaudaraan yang tidak terputus.
10. Kepada semua pihak yang tidak sempat saya tuliskan namanya, namun telah membantu penulis dalam penyelesaian studi.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi bagi pembaca, dan semoga kebaikan dan keikhlasan serta bantuan dari semua pihak bernilai ibadah di sisi Allah SWT dan mendapat balasan yang lebih baik. Aamiin.

Makassar, 19 Mei 2022



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
RIWAYAT KEASLIAN SKRIPSI	iii
MOTTO	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PIKIR	14
A. Kecanduan <i>Game Online</i>	14
1. Definisi <i>Game Online</i>	16
2. Ciri-ciri Kecanduan <i>Game Online</i>	16
3. Aspek- aspek Kecanduan <i>Game Online</i>	20
4. Faktor-faktor Kecanduan <i>Game Online</i>	23
5. Dampak Kecanduan <i>Game Online</i>	
B. <i>Self Management</i>	24
1. Definisi <i>Self Management</i>	24
2. Tujuan <i>Self Management</i>	26
3. Tahap <i>Self Management</i>	28
C. Kerangka Pikir	29
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	33
B. Kehadiran Peneliti	34
C. Subjek Penelitian	34
D. Lokasi Penelitian	35
E. Jenis Data	35
F. Tahap-tahap Penelitian	36
G. Teknik Pengumpulan Data	37
H. Teknik Analisis Data	39
I. Pemeriksaan Keabsahan Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
1. Gambaran Kecanduan <i>Game Online</i>	43
2. Dampak Kecanduan <i>Game Online</i>	49
3. Faktor Kecanduan <i>Game Online</i>	59
4. Penanganan Kecanduan <i>Game Online</i>	77
B. Pembahasan	109
1. Gambaran Perasaan Kecanduan <i>Game Online</i>	109
2. Penyebab Timbulnya Kecanduan <i>Game Online</i>	110
3. Upaya Dalam Menangani Kecanduan <i>Game Online</i>	113
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	116
A. Kesimpulan	116
B. Saran	118
DAFTAR PUSTAKA	119

DAFTAR TABEL

Nama Tabel	
10.1 Gambaran Perasaan Kecanduan <i>Game Online</i>	57
10.2 Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan <i>Game Online</i>	75
10.3 Kondisi Pasca Konseling	92
10.4 Kondisi Pasca Konseling	108

DAFTAR GAMBAR

Gambar Nama

Gambar

1.1 Skema Kerangka Konseptual

32

DAFTAR LAMPIRAN

No. Nama Lampiran	Halaman
1. Matriks Penelitian	122
2. Kisi-Kisi Alat Pengumpulan Data	128
3. Biodata	129
4. Kisi-Kisi Wawancara	138
5. Pedoman Wawancara	145
6. Kontrak Pertemuan	166
7. Inform Consent	167
8. Catatan Lapangan Hasil Wawancara	169
9. Skenario Pelaksanaan Penelitian	214
10. RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)	220
11. Lembar Evaluasi Diri	230
12. Dokumentasi	233
13. Lembar Kerja Konseli	239
14. Surat Permohonan Penunjukan Pembimbing	248
15. Surat Persetujuan Pembimbing Seminar Proposal	249
16. Surat Persetujuan Pembimbing Seminar Hasil	250
17. Surat Pengesahan Usulan Penelitian	251
18. Surat Izin FIP	252
19. Surat Izin Permodalan Provinsi SULSEL	253
13. Riwayat Hidup	254

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pembelajaran jarak jauh merupakan metode pembelajaran yang menitikberatkan pada teknologi yang bertujuan memberikan pendidikan kepada peserta didik yang tidak terhalang dengan ruang, waktu dan tenaga serta memberikan akses pembelajaran dengan kemudahan pelaksanaan serta standar tertentu selama keadaan darurat Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) ternyata menimbulkan masalah pada siswa baik secara fisik maupun psikologisnya. Khususnya siswa sekolah menengah atas (SMA). Sehingga komunikasi yang terjalin sangatlah terbatas. Keterbatasan komunikasi menyebabkan terjadinya pemerolehan informasi dan intruksi dari guru sangatlah terbatas. Memang pembelajaran jarak jauh seyogyanya menitik beratkan pada kemandirian siswa (Diana dkk, 2020). Kemandirian inilah yang nantinya harus dipupuk di dalam pandemi covid-19 ini. Di bidang pendidikan kementerian pendidikan telah mengeluarkan surat edaran mengenai pembelajaran dari rumah (*learning from home*) (Handarini 2020).

Berdasarkan hasil wawancara awal pada Hari Kamis 04 Februari 2021 dengan salah satu siswa berinisial MKS di SMA Negeri 13 Bone mengatakan bahwa:

“Selama pembelajaran daring ini saya menghabiskan waktu saya kak dengan bermain game, ku suka sekali kak bermain *game online*, dari kecil memang kak memang saya suka main *game online*. Kalau bosan dan jenuhka kerja tugas sekolah kulanjut lagi kak untuk bermain *game online*. Biasanya saya main sendiri kak apalagi game PUBG ku suka itu kak

karena lebih suka game yang tembak-tembak dan peperangan. Karna dari teman, saya melihat dia bermain *game online* PUBG sepertinya seru jadi teman saya memberikan saran untuk mainkan game tersebut. Dan saya biasa bermain *game online* itu lebih dari 4 jam kak misalnya 5-9 jam sehari karena susah sekali ka untuk berhenti kecuali kalau ada tugas sekolah mau dikumpul besok langsung berhenti main game kak.”

Menurut MKS berdasarkan hasil wawancara dengan kode (wwc01/040221/MKS/S1/D) selama pembelajaran dari rumah kadang dia menghabiskan waktunya dengan bermain *game online* dan biasanya bermain game lebih dari 3 jam sehari misalnya 5-9 jam sehari. Selain masalah tersebut, terdapat masalah yang lain yang dialami oleh MKS, yaitu dia rela menghabiskan uangnya membeli kuota demi *game online* dan sering merasa kesal dan marah ketika ada yang mengganggunya bermain *game online*. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama MKS dengan kode (wwc02/040221/MKS/S1/D), sebagai berikut :

“saya rela untuk menghabiskan uang saya untuk membeli kuota demi untuk bermain *game online*, dan lebih suka bermain *game online* sendiri (solo player). Kadang di saat saya main *game online* tiba tiba ada yang melarang atau mengganggu saya kak jelas saya kesal dan marah kak karena lagi asyik main game tiba-tiba ada yang ganggu dan larang saya kak. Biasanya juga saya ajak temanku main kak itupun kalau mau kak, kalau tidak mau yah tidak kupaksa juga kak, kadang juga temanku yang ajak main kak jadi mauka juga kak dan kutanya temanku kak kalau game itu bagus game tembak-tembak”.

Menurut MKS, selain masalah tersebut yang dialami MKS, kegiatan atau tugas sekolah yang diberikan oleh guru terhambat dan menundanya, sehingga sangat sulit untuk kebiasaan bermain *game online*. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama MKS dengan kode (wwc03/040221/MKS/S1/D), sebagai berikut:

“Kadang mauka berhenti untuk bermain *game online* kak, karena biasa buatka untuk malas kerja tugas tapi biasa susah untuk berhenti karena

kalau main ka kalau kalah ka inisiatif terus untuk main game supaya bisa menang dan terhambatmi kegiatanku yang lain kak seperti itu yang kerja tugas sekolah. Kalau misalnya jauh hari tugas sekolah mau dikumpul biasa molor saya kerjakan. Deadline baru saya kerjakan kak kayak berpengaruh sama tugas sekolahku kak dan itumi kak biasa mauka hilangkan tapi tidak bisa”

Berdasarkan hasil wawancara pada Hari Rabu 22 September 2021 dengan salah satu siswa berinisial MKS di SMA Negeri 13 Bone mengatakan bahwa: Menurut MKS, selain masalah yang telah dipaparkan sebelumnya yang dialami MKS, Bahwa dalam sehari MKS menghabiskan waktunya bermain *game online* dengan intensitas 2 sampai 3 kali bermain dan durasi waktu 5 sampai 9 jam sehari. Dalam satu minggu menghabiskan waktu bermain *game online* dengan frekuensi waktu mulai hari Senin sampai dengan hari Ahad. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama MKS dengan kode (wwc04/220921/MKS/S1/D), sebagai berikut:

“Dan biasa kak saya main itu dalam 1 hari itu 2 sampai 3 kali dalam sehari bermain seperti hari senin sampai ahad biasa itu kak dalam 1 hari siang misalnya 5 sampai 9 jam sehari dari jam 1 siang sampai 4 sore bermain solo (solo player) lanjut jam 6 sore sampai jam 9 malam kak (solo player) dan jam 11 malam sampai 3 subuh biasa ka main sama teman (mabar) dan itu yang kulakukan setiap hari kak karna seru kak banyak event atau misi di berikan dari *game online* tersebut dan hadiahnya itu lumayan kak biasa skin senjata atau baju player di berikan secara permanen dari gamenya kak. Dan apa lagi kalau malam ahad kak selesai sekolah ku biasa itu ke warkop sama teman-teman ku main *game online* sampai sore dan lanjut biasanya jam 11 atau 12 malam main sama teman lagi dan biasanya baru selesai main gamenya jam 4 subuh/pagi lanjut hari ahadnya lagi kak main seperti biasa intinya kak dari senin sampai ahad itu kegiatan ku atau aktivitas ku dan full satu minggu kebanyakan main *game online* PUBG setelah sekolah online kak”

Adapun hasil wawancara dengan siswa WW di SMA Negeri 13 Bone pada hari Senin 15 Maret 2021 yang mengatakan bahwa:

“Saat sekarang ini pembelajaran daring saya menghabiskan waktu saya dengan bermain *game online*, karena saya suka bermain *game online* kak

bahkan itu sudah menjadi hobi saya”. Saya sangat suka bermain *game online* memang dari dulu kak karena seru dan asik serta membuat saya kak tidak jenuh. Apalagi sekarang kak belajar dari rumah juga karena corona, jadi kuhabiskan waktuku bermain *game online*. Yang selalu kumainkan kak itu game PUBG. Saya biasa main *game online* kak lebih dari 4 jam, 6-9 jam setiap hari atau biasa lebih kak dan di tambah saya juga kak sudah ikut turnamen (perlombaaan) makin tambah setiap kali dan berkali-kali main *game online* kak . Apalagi kalau jaringan yang bagus dan mendukung pasti saya lama bermain *game online* kak”

Menurut WW berdasarkan hasil wawancara dengan kode (wwc05/150321/WW/S2/D) selama pembelajaran dari rumah kadang dia menghabiskan waktunya dengan bermain *game online* dan biasanya bermain game lebih dari 3 jam sehari misalnya 6-9 jam sehari atau bahkan lebih. Selain masalah tersebut, terdapat masalah yang lain yang dialami oleh WW, yaitu dia rela menghabiskan uangnya membeli kuota demi *game online* dan sering merasa kesal dan marah ketika ada yang mengganggu dan melarangnya bermain *game online*. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama WW, sebagai berikut:

“Saya membeli kuota kak pada saat habis memangmi kuotaku untuk bermain *game online*, dan kalau sementara saya bermain *game online* kak, saya langsung meminta hotspot sama orang yang ada didekatku kak, kalau selesaimi itu kak bermain *game online* saya langsung pergi membeli kuota kak, karena tidak bagus saya rasa kak kalau tidak main *game online* kak apalagi sudah jadi hobi juga. Kalau saya bangun dari tidur lalu tidak ada kegiatan misalnya sekolah atau belajar daring saya biasa langsung bermain *game online* kak apalagi kalau hari libur karena biasa teman saya kak mengajak untuk bermain *game online*. Kalau sedang seru-seru bermain *game online* tiba-tiba ada yang mengganggu atau melarang saya langsung kesal dan biasa juga marah kak. Saya kak biasanya kuajak teman ku untuk bermain *game online* kak kadang mau kadang juga tidak mau”.

Menurut WW berdasarkan hasil wawancara dengan kode (wwc06/150321/WW/S2/D), selain masalah tersebut yang dialami WW, kegiatan atau tugas sekolah yang diberikan oleh guru selalu terhambat, sehingga sangat sulit untuk menghilangkan kebiasaan bermain *game online*. Hal tersebut dapat

dilihat dari hasil wawancara bersama WW, sebagai berikut:

“Semenjak saya bermain *game online* kak saya sering terhambat dan menunda tugas atau pekerjaan sekolah yang diberikan oleh guru. Karena biasa malaska untuk kerja tugas sekolah lalu temanku juga kak selalu mengaja untuk bermain *game online*, jadi menumpuk tugas sekolahku dan biasa dekatmi mau dikumpul baru saya kerja tugas sekolahku kak, dan itumi yang buatka tidak kontrol untuk berhenti bermain *game online* kak susahka berhenti kak. Ditambah juga saat belajar online melalui whatsapp saya juga selalu bermain *game online* kak karena guru salah satu mata pelajaran terlalu lama menjelaskan melalui VN Whatsapp (*Voice Note*) hampir lebih 1 jam kak jadi bosan ka lalu bermain *game online* ka disitu kak berpengaruh sekali sama cara belajarku kak”.

Menurut WW berdasarkan hasil wawancara dengan kode (wwc07/150321/WW/S2/D), selain masalah tersebut yang dialami WW, sering keluar rumah untuk bertemu dengan teman atau komunitas sesama pecinta *game online* tersebut. Sehingga jarang berkumpul dengan keluarga dan menyelesaikan atau membantu pekerjaan rumah. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama WW, sebagai berikut:

“Ada juga komunitas ku kak sesama pemain game PUBG yang buatka sering keluar rumah untuk ngumpul, apalagi kalau adami chat di grup whatsapp bilang mau mabar (main bareng) langsungka kesana. Di komunitas ku kak terdiri dari 14 orang. Kadang tidak mauka pergi untuk mabar (main bareng) tapi susahka untuk hilangkan ini *game online* kak karena saya suka sekali. Dan itumi juga kak jarangka kumpul dengan keluarga dan banyak pekerjaan yang tertunda pekerjaan dirumah”. Dan kalau main *game online* kak sering sekali ka lupa waktu juga”. Susah sekali ka untuk control tidak bermain *game online* kak”.

Berdasarkan hasil wawancara pada Hari Kamis 23 September 2021 dengan salah satu siswa berinisial WW di SMA Negeri 13 Bone mengatakan bahwa Menurut WW, selain masalah yang telah dipaparkan sebelumnya yang dialami WW, Bahwa dalam sehari WW menghabiskan waktunya bermain *game online* dengan intensitas 2 sampai 3 kali bermain dan durasi waktu 3 jam sehari

atau 6 sampai 9 jam sehari.

Dalam satu minggu menghabiskan waktu bermain *game online* dengan frekuensi waktu mulai hari Senin sampai dengan hari Ahad. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama WW dengan kode (wwc08/230921/WW/S2/D), sebagai berikut:

“Saya kak biasanya bermain 2 sampai 3 kali dalam 1 hari kak, apa lagi sekarang sama kak sama teman ku buat tim/squad untuk ikut tournamen *Game online* PUBG karna hadiah lumayan banyak kak jadi tambah sering ka main *game online* dalam satu minggu full untuk hanya main game dan latihan-latihan untuk tournamen biasa kalau hari senin kan banyak mata pelajaran biasa bosan kak jadi biasa numpang absen baru lanjut main game lagi intinya game ini kak yang buat ku senang dalam sehari-hari. Dari hari senin sampai hari Ahad kak misalnya hari senin jam 13:00 siang sampai ku puas kak hampir sekitar 3 sampai 4 jam kak main game lanjut lagi jam jam 7 malam kak biasa sekitar 3 jam lalu lanjut lagi kak kerumah teman main game (mabar) dari jam 10 malam sampai jam 2 subuh hampir 4 jam dan biasa juga kak kalau susah ka tidur main lagi kak sekitar 1 sampai 2 jam dan biasa kak kalau ada tournamen di setiap tempat atau cafe saya dan teman-teman saya latihan sebelum di adakan tournamen tersebut, jadi biasa kak dalam satu minggu aktivitas ku dalam satu minggu cuman bermain *game online* PUBG setelah sekolah online”.

Dalam penelitian kecanduan *game online* ini, subjek MKS dan subjek WW terjadi dikarenakan MKS dan WW melihat dan diajak temannya untuk bermain *game online* dan menginginkan pengakuan akan prestasinya dari temannya. Hal ini membuat MKS bermain *game online* lebih dari 3 jam atau bahkan 6-9 jam dalam sehari. MKS memainkannya 2-3 kali sehari (siang, sore, dan malam) dan memainkannya dalam sepekan. Sama halnya dengan WW bermain *game online* 6- 9 jam sehari dalam sehari. MKS memainkannya 2-3 kali dalam sehari (siang, malam dan subuh) dan memainkannya dalam sepekan. Akibatnya MKS dan WW rela mengeluarkan uangnya membeli kuota untuk *game online*, bukan untuk belajar. Selain itu kegiatan atau tugas sekolah terhambat dan

sering menundanya. Dan ia juga mudah merasa marah dan kesal ketika ada yang mengganggunya bermain *game online*. Dalam penelitian ini saya memilih MKS dan WW sebagai subjek dalam penelitian mengenai kecanduan *game online* ini karena berdasarkan informasi dari guru BK dan dan teman kelasnya yang dimana MKS dan WW ini sangat sering memainkan *game online* secara terus-menerus, berdasarkan informasi dari guru BK bahwa dalam kelasnya terdapat ada 6 orang yang bermasalah dalam suatu pelajaran dan guru BK menghubungi orang tua siswa tersebut kemudian dua diantara siswa tersebut sering bermain game berdasarkan informasi dari orang tuanya yang disampaikan kepada guru BK. Fakta-fakta kecanduan *game online* MKS dan WW itu adalah MKS dan WW sangat antusias bermain game online, bermain *game online* lebih dari 3 jam sehari, rela mengeluarkan uangnya untuk membeli kuota bermain *game online*, MKS memainkan game online 5-9 jam sehari dan WW memainkan *game online* 6-9 jam sehari, WW memiliki durasi yang tinggi dalam bermain *game online* karena WW sangat antusias bermain *game online* dan sering mengikuti turnamen atau perlombaan dalam bermain *game online*.

Berdasarkan dari hasil wawancara bersama MKS dan WW dapat disimpulkan bahwa selama pembelajaran dari rumah kadang dia menghabiskan waktunya dengan bermain *game online* dan biasanya bermain game lebih dari 3 jam sehari misalnya 5-9 jam sehari atau bahkan lebih. Rela mengeluarkan uangnya membeli kuota demi *game online* dan sering merasa kesal dan marah ketika ada yang mengganggu dan melarangnya bermain *game online*. Kegiatan atau tugas sekolah yang diberikan oleh guru selalu terhambat dan menundanya

sehingga sangat sulit untuk menghilangkan kebiasaan bermain *game online*. MKS dan WW merasa bahwa dirinya kecanduan *game online* sehingga berpengaruh pada prestasi dan cara belajarnya disekolah, MKS susah untuk mengendalikan agar tidak bermain *game online* dan WW sering bermain *game online* saat pembelajaran daring (dalam jaringan) melalui whatsapp karena penjelasan yang diberikan oleh guru terlalu panjang sehingga membuat bosan dan jenuh dan sehingga melampiaskan dengan bermain *game online* dan sulit untuk mengontrol dirinya untuk tidak bermain *game online*, serta sangat membutuhkan bimbingan secara langsung dari guru.

Menurut Novrialdy (2019) Kecanduan game online ditandai dengan bermain game secara berlebihan yang dijadikan sebagai tempat melarikan diri dari realitas kehidupan, kurang tertarik terhadap kegiatan lain selain bermain game dan tidak tenang ketika tidak bermain game online. Menurut Rizai (2021) juga mengatakan bahwa ciri-ciri kecanduan game online seperti bermain game yang sama bisa lebih dari 3 jam sehari, rela mengeluarkan banyak uang untuk bermain game, lebih dari 1 bulan masih tetap bermain game yang sama, kesal dan marah jika dilarang total bermain game tersebut, senang menularkan hobi ke orang lain di sekitarnya, sangat antusias sekali jika ditanya masalah game tersebut, anak lebih banyak menghabiskan waktu bermain game. Berdasarkan penjelasan tersebut menunjukkan bahwa MKS dan WW mengalami kecanduan *game online* karena bermain game secara berlebihan, dijadikan sebagai pelarian saat belajar online, rela mengeluarkan uang, kurang tertarik dalam kegiatan lain selain main game dan tidak tenang ketika tidak main game online.

Menurut Kustiawan, dkk (2019), kecanduan *game online* adalah adanya keterikatan dengan game. Pemain *game online* akan berpikir tentang game ketika sedang offline dan kerap kali berfantasi mengenai bermain game ketika mereka seharusnya berkonsentrasi pada hal lainnya. Seseorang yang kecanduan *game online* akan memfokuskan diri pada bermain game dan menelantarkan hal lain seperti tugas sekolah, pelajaran, dan lainnya. Bermain *game online* menjadi sebuah prioritas yang harus diutamakan. Banyak ilmuwan atau pakar psikologi yang membuktikan bahwa terdapat dampak negatif *game online* terhadap perkembangan psikologi siswa.

Menurut hasil penelitian Andriani dan Basri (2022) anak-anak yang kecanduan *game online* cenderung dihadapi penyusutan prestasi serta motivasi belajar di sekolah, kenaikan aksi kasar, serta permasalahan sosial semacam penarikan diri dari pergaulan di dunia nyata sebab lamanya waktu yang dihabiskan dengan bermain permainan online.

Kecanduan *game online* pada MKS dan WW berdampak pada Aspek akademik yang menunjukkan kurang berkonsentrasi dalam belajar dan tugas sekolah yang terhambat. Aspek kesehatan menunjukkan kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur dan pola makan yang tidak teratur. Pada aspek psikologis menunjukkan kesal dan marah ketika ada yang mengganggu bermain game. Aspek keuangan konseli rela mengeluarkan uangnya untuk bermain *game online* dan pada aspek sosial menunjukkan kurangnya aktivitas dengan lingkungannya.

Menurut Sari (2021), teknik *self management* adalah menunjuk pada suatu teknik dalam terapi kognitif behavioral berlandaskan pada teori belajar yang

dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif. Cormier ((Romawati, dkk. 2021) menjelaskan teknik self management meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus-control*) dan *reincforcement* yang positif (*self-reward*). Secara praktis, teknik self management memiliki keunggulan-keunggulan yaitu menambah pemahaman individu terhadap lingkungan dan mengurangi ketergantungan terhadap konselor atau yang lain, praktis, tidak mahal dan mudah diterapkan. Penelitian yang dilakukan oleh Lilis Santika (2019) menggunakan strategi self management untuk mengurangi kecanduan *game online*, hasil antara pre-test dan post-test dari 10 anak yang melakukan proses Konseling, dinyatakan bahwa teknik self management efektif untuk menangani kecanduan *game online* ada siswa. penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Satriadi Muratama (2018) self management adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri.

Maka dari itu, peneliti tertarik pada permasalahan ini dan merencanakan penelitian yang berfokus pada bagaimana kecanduan *game online* dan pola penanganannya dengan menggunakan teknik Self Management.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka fokus penelitian yang dapat diidentifikasi pada penelitian ini yaitu:

- a. Bagaimana gambaran kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone?

- b. Apa faktor-faktor yang menimbulkan kecanduan *game online* pada siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone?
- c. Bagaimana dampak kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW?
- d. Bagaimana upaya penanganan kecanduan *game online* pada siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang dapat diidentifikasi pada penelitian ini yaitu:

- a. Untuk mengetahui gambaran kecanduan *game online* siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone
- b. Untuk mengetahui faktor-faktor yang menimbulkan kecanduan *game online* pada siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone
- c. Untuk mengetahui dampak kecanduan *game online* pada siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone
- d. Untuk mengetahui upaya penanganan kecanduan *game online* pada siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan untuk pengembangan disiplin ilmu yang berhubungan dengan *kecanduan game online*, yang dimana hal ini sering dialami siswa dalam berbagai situasi dan kondisi yang kapan saja dapat terjadi

di dalam suatu kehidupan.

- b. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan dan diharapkan dapat memberi masukan bagi pihak yang terkait dengan masalah yang diteliti serta yang ingin melaksanakan penelitian selanjutnya dalam permasalahan yang sama.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru BK

Diharapkan dapat membantu guru BK dalam kegiatan layanan dengan teknik self management agar siswa dapat mengelola emosi dan meningkatkan keterampilannya.

- b. Bagi siswa

Sebagai bahan pembelajaran untuk siswa agar dapat mereduksi tingkat kecanduan *game online* yang dimilikinya serta suatu keterampilan dapat menyusun kembali pemikiran yang dimilikinya melalui teknik self management.

- c. Bagi sekolah

Dapat memberikan masukan dan sebagai bahan pembelajaran agar dapat meningkatkan mutu pendidikan dan efektivitas berbagai layanan di sekolah.

- d. Bagi jurusan bimbingan dan konseling

Sebagai bahan referensi dalam mengembangkan khazanah keilmuan dan dapat menjadikan jurusan bimbingan dan konseling sebagai wadah membentuk pribadi yang terampil serta dapat menjadi bahan pengembangan keilmuan

khususnya bagi mahasiswa prodi bimbingan dan konseling Universitas Negeri Makassar.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecanduan *Game online*

1. Definisi Kecanduan *Game online*

Menurut Novrialdy (2019) mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya. Menurut Lemmens, Valkenburg dan Fitri (2018), kecanduan *game online* adalah ketergantungan individu secara berlebihan terhadap *game online* dengan ingin melakukan secara terus-menerus yang pada akhirnya menimbulkan efek negatif pada fisik maupun psikologis individu. Hayadi, N. B. (2021) mengemukakan bahwa kecanduan *game online* adalah suatu keadaan seseorang yang terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan tidak bisa lepas untuk bermain *game online*, dari waktu ke waktu akan terjadi peningkatan frekuensi, durasi atau jumlah dalam melakukan hal tersebut, tanpa memperdulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang ada pada dirinya

Menurut Novrialdy (2019), kecanduan *game online* adalah menggunakan *game online* secara berlebihan yang berpengaruh pada kehidupan sehari-hari. Seseorang yang mengalami kecanduan pada *game online* akan menggunakan *game online* secara terus menerus, mengisolasi diri dari kontak sosial, dan lebih fokus untuk pencapaian dalam bermain *game online* dan mengabaikan hal-hal lainnya. Kecanduan *game online* adalah suatu perilaku yang berlebihan, dilakukan

secara terus-menerus dan berulang-ulang untuk memainkan. Kecanduan *game online* adalah suatu perilaku yang berlebihan, dilakukan secara terus-menerus dan berulang-ulang untuk memainkan

salah satu permainan dari internet sehingga mengalami kecanduan atau kebiasaan. Serta perbuatan yang mengandung keasyikan dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas tanpa paksaan dengan bertujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut. Bermain *game online* membuat remaja senang karena mendapatkan kepuasan tersendiri, sehingga membuat remaja semakin tertarik untuk memainkan *game online* secara terus-menerus. *Game online* merupakan permainan yang dapat diperoleh dari koneksi internet yang juga dapat menghubungkan pemain dengan pemain lain dalam permainan yang sama. Bermain merupakan gejala yang umum dialami baik di lingkungan anak-anak, remaja, maupun orang dewasa.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* adalah kegiatan yang dilakukan secara terus menerus dan berulang ulang menggunakan alat elektronik seperti handphone ataupun komputer dengan jaringan internet, serta atas kehendak diri sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain untuk mendapatkan kepuasan dan kesenangan untuk diri sendiri yang biasanya mengabaikan lingkungannya.

2. Ciri-ciri Kecanduan *Game Online*

Adapun menurut Laili dan Novrialdy (2019), ciri-ciri anak atau remaja yang mengalami gangguan kecanduan game adalah sebagai berikut:

1. Bermain game yang sama bisa lebih dari 3 jam sehari.
2. Rela mengeluarkan banyak uang untuk bermain game.
3. Lebih dari 1 bulan masih tetap bermain game yang sama.
4. Bisa punya teman atau komunitas sesama pecinta game tersebut.
5. Kesal dan marah jika dilarang total bermain game tersebut.
6. Senang menularkan hobi ke orang lain di sekitarnya.
7. Sangat antusias sekali jika ditanya masalah game tersebut.
8. Anak lebih banyak menghabiskan waktu bermain game pada jam-jam di luar sekolah.
9. Tertidur di sekolah, sering tidak mengerjakan tugas sekolah dan nilai menjadi jelek.
10. Lebih memilih bermain game dari pada bermain dengan teman

3. Aspek-aspek Kecanduan *Game online*

Aspek-aspek kecanduan *game online* menurut King & Delfabbro 2018: Sandy & Hidayat, 2019).

a. Aspek kesehatan

Kecanduan *game online* mengakibatkan kesehatan remaja menurun. Remaja yang kecanduan *game online* memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan.

b. Aspek psikologis

Banyaknya adegan *game online* yang memperlihatkan tindakan kriminal dan kekerasan, seperti: perkelahian, perusakan, dan pembunuhan secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar remaja bahwa kehidupan nyata ini adalah layaknya sama seperti di dalam *game online* tersebut. Ciri-ciri remaja yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh *game online*, yakni mudah marah, emosional, dan mudah mengucapkan kata-kata kotor (Saputra, 2020).

c. Aspek akademik

Siswa yang mengalami kecanduan *game online* cenderung prestasi akademiknya menurun. Sehingga ia akan malas belajar dan konsentrasi belajar akan terganggu, dalam menerima materi yang diterangkan oleh guru dikelas pun tidak bisa diterima dengan maksimal karena fokus belajarnya terbagi dengan memikirkan permainan yang belum selesai di *game online* (Novrialdy, 2019). Waktu luang yang seharusnya sangat ideal untuk mempelajari pelajaran di sekolah justru lebih sering digunakan untuk menyelesaikan misi dalam *game online*. Daya konsentrasi remaja pada umumnya terganggu sehingga kemampuan dalam menyerap pelajaran yang disampaikan guru tidak maksimal

d. Aspek sosial

Beberapa gamer merasa menemukan jati dirinya ketika bermain *game online* melalui keterikatan emosional dalam pembentukan avatar, yang menyebabkannya tenggelam dalam dunia fantasi yang diciptakannya sendiri. Meskipun ditemukan bahwa terjadi peningkatan sosialisasi secara online namun di saat yang sama juga ditemukan penurunan sosialisasi di kehidupan nyata (Sandy & Hidayat, 2019).

Remaja yang terbiasa hidup di dunia maya, umumnya kesulitan ketika harus bersosialisasi di dunia nyata. Sikap antisosial, tidak memiliki keinginan untuk berbaur dengan masyarakat, keluarga dan juga teman-teman adalah ciri-ciri yang ditunjukkan remaja yang kecanduan *game online* (Sandy & Hidayat, 2019)

e. Aspek keuangan

Bermain *game online* terkadang membutuhkan biaya, untuk membeli voucher saja supaya tetap bisa memainkan salah satu jenis *game online* dibutuhkan biaya yang tidak sedikit. Remaja yang belum memiliki penghasilan sendiri dapat melakukan kebohongan (kepada orang tuanya) serta melakukan berbagai cara termasuk pencurian agar dapat memainkan *game online*. Bermain *game online* membutuhkan uang, dan memerlukan kuota internet untuk melakukannya, sehingga Anda harus membayar uang terlebih dahulu untuk mendapatkan kuota internet (Zakiah, 2021)

Berdasarkan indikator yang telah digunakan untuk pengukuran kecanduan *game online*, maka dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* dalam penelitian ini yaitu Aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial dan keuangan.

Rizai (2021) mengemukakan aspek-aspek kecanduan *game online* ada enam, yaitu:

- a. *Salience* yang menunjukkan dominasi aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku
- b. *Euphoria* yaitu mendapatkan kesenangan dalam aktivitas bermain game.
- c. *Conflict* yaitu pertentangan yang muncul pada orang yang kecanduan *game online* baik dengan dirinya atau orang lain

- d. *Tolerance* yaitu aktivitas bermain online game mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan. Seseorang telah mengalami kecanduan akan sesuatu adalah adanya sikap toleransi atau menerima keadaan diri ketika melakukan suatu hal. Toleransi dalam hal ini bisa berkaitan dengan efek negatif akibat kecanduan tersebut, misalnya larangan hukum dan moral, biaya, waktu dan lain sebagainya.
- e. *Withdrawal* yaitu perasaan tidak menyenangkan pada saat tidak melakukan aktivitas bermain game. Seseorang yang mengalami kecanduan adalah si pelaku merasa tidak sanggup untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal yang berhubungan dengan hal tersebut, dalam hal ini adalah *game online*.
- f. *Relapse and reinstatement* yaitu kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan atau bahkan menjadi lebih parah walaupun setelah bertahun-tahun hilang dan dikontrol. Hal ini menunjukkan kecenderungan ketidakmampuan untuk berhenti secara utuh dari aktivitas bermain game.

Aspek-aspek kecanduan *game online* menurut Rizai (2021) antara lain, *Saliency, Euphoria, Conflict, Tolerance, Withdrawal, dan Relapse and reinstatement*. Menurut Chaplin (dalam Sandya, S.N & Ramadhani, A 2021) intensitas bermain *game online* terdiri dari 4 aspek, yaitu:

- a. Frekuensi, ialah seberapa sering seseorang melakukan aktivitas *game online*.
- b. Lama waktu yang digunakan untuk bermain *game online*, semakin banyak waktu yang digunakan dalam bermain *game online* maka menunjukkan semakin lama seseorang bermain *game online*

- c. Perhatian penuh, yaitu mengkonsentrasikan diri pada permainan *game online* sehingga mengesampingkan hal-hal yang lainnya seperti makan, mandi, sekolah serta tidak memperdulikan yang ada di sekelilingnya pada saat bermain *game online*.
- d. Emosional, meliputi rasa bahagia, sedih, takut, harapan, marah, putus asa.

Intensitas kecanduan *game online* menurut Chaplin (dalam Sandya, S.N & Ramadhani, A 2021) antara lain, Frekuensi, lama waktu yang digunakan bermain *game online*, perhatian penuh, dan emosional.

4. Faktor-faktor Kecanduan *Game online*

Beberapa penilaian yang menunjukkan bahwa faktor utama penyebab kecanduan *game online* adalah faktor psikologis menurut Zakiah, dkk (2021:15), yakni :

a. Rendahnya *self-esteem*

Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan mempersepsikan dirinya sendiri lebih buruk daripada karakter gamenya, dan mereka akan mempersepsikan karakter game mereka lebih buruk daripada diri ideal mereka. Mereka memiliki kecenderungan untuk mengatasi kelemahan mereka melalui *game online*. Hal tersebut mengakibatkan timbulnya kecenderungan untuk ketergantungan pada *game online*.

b. Rendahnya efikasi diri

Individu yang mengalami kecanduan *game online* memiliki keyakinan yang rendah terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan yang diinginkannya. Sehingga mereka cenderung mengabaikannya dengan bermain *game online*. Jadi

dapat disimpulkan bahwa faktor psikologis sebagai penyebab utama yang mempengaruhi kecanduan *game online*, yaitu rendahnya *self esteem* adalah mereka memiliki kecenderungan untuk mengatasi kelemahan mereka melalui *game online*, dan rendahnya efikasi diri adalah memiliki keyakinan yang rendah terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

Menurut (Marsyah, 2016) terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan adiksi remaja terhadap *game online*. Faktor-faktor internal yang dapat menyebabkan terjadinya adiksi terhadap *game online*, sebagai berikut:

- 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 lebih tinggi.
- b. Rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah.
- c. Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab 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.

Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya adiksi bermain *game online* pada remaja menurut Zakiah (2021:16), sebagai berikut :

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

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

Berdasarkan faktor-faktor kecanduan *game online* di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat dua hal yang menjadi faktor-faktor kecanduan *game online* yaitu dari faktor internal (berasal dari diri sendiri), dari faktor eksternal (Keluarga dan lingkungan fisik).

Jadi dapat disimpulkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*, yaitu faktor internal dan eksternal. Artinya faktor internal adalah faktor yang berasal dalam diri sendiri, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri.

Smart (Irawan, 2021), menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat menyebabkan anak mengalami kecanduan *game online* karena merasa kurang perhatian dari orang-orang terdekat termasuk orang tua. Sedangkan menurut Mardiana (2021), faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* yaitu penyediaan sarana internet, faktor individu, kelompok usia, dan alasan bermain.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kecanduan *game online* yaitu faktor internal dan eksternal serta merasa bahwa pemain *game online* tersebut merasa bahwa dirinya kurang perhatian dari orang-orang terdekat termasuk orang tua.

5. Dampak Kecanduan Bermain *Game Online*

Menurut Novrialdy (2019) dampak dari kecanduan bermain *game online* menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain game online yang berlebihan di antaranya:

- a. Kurang peduli terhadap kegiatan sosial
- b. Kehilangan kontrol atas waktu
- c. Menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Bahaya utama yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online* adalah investasi waktu ekstrem dalam bermain.

Penggunaan waktu yang berlebihan untuk bermain *game online* membuat terganggunya kehidupan sehari-hari. Gangguan ini secara nyata mengubah prioritas remaja, yang menghasilkan minat sangat rendah terhadap sesuatu yang tidak terkait *game online* (King & Delfabbro, 2018). Remaja yang kecanduan *game online* semakin tidak mampu untuk mengatur waktu bermain. Akibatnya, remaja mengabaikan dunia nyata dan peran di dalamnya. Kecanduan game online dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi remaja yang mengalaminya.

Menurut Ulya, dkk (2021) dampak negatifnya anak lebih suka menyendiri dikamar dengan bermain gadget atau game online, bermain hanya dengan anak yang bermain game online karena menurut mereka lebih nyambung dalam komunikasinya, dirumah anak hanya bermain gadget jarang berkomunikasi dengan keluarganya sendiri, belajar jadi lebih malas , serta memiliki dampak terhadap kepedulian sosial anak itu sendiri.

B. Self management

1. Definisi Self management

Self management merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. Pendekatan behavior atau dikenal juga dengan modifikasi perilaku yaitu pendekatan yang mempelajari tingkah laku manusia, bertujuan untuk merubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Konseling behavioral memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari; tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. *Self management* adalah suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Dalam penerapan teknik *self management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Anggapan dasar *Self management* merupakan teknik kognitif behavioral adalah setiap perilaku manusia itu merupakan hasil dari proses belajar (pengalaman) dalam merespon berbagai stimulus dari lingkungannya. Segenap perilaku manusia itu merupakan hasil dari proses belajar dalam merespons terhadap berbagai stimulus dari lingkungannya. Dalam proses konseling, pendekatan behavior merupakan suatu proses di mana konselor membantu konseli untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional dan keputusan tertentu yang bertujuan ada perubahan perilaku pada konseli. Pemecahan masalah dan kesulitannya dengan keterlibatan penuh dari konselor.

Menurut Cornier (Romawati, dkk. 2021) bahwa *self management* adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan

perubahan perilakunya sendiri dengan teknik atau kombinasi terapeutik. Menurut Shahbana dan Satira (2020) Teori behavioristik ialah sebuah konsep pendekatan dalam menerapi perilaku sangat cepat dalam perkembangannya, hal ini disebabkan terpenuhinya sebuah prinsip sederhana, logika, cepat mengerti serta penerapannya, dan terdapat sebuah tekanan pusat perhatian kepada tingkah laku positif. Fatimah dkk (2019) teknik *self management* yaitu *Self management* merupakan strategi untuk merubah tingkah laku/kebiasaan dengan pengaturan dan pengamatan yang dilakukan oleh konseli itu sendiri dalam bentuk latihan pengamatan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri. Selain itu juga merupakan cabang ilmu pengetahuan alam yang secara penuh bersifat experimental dan objektif dengan tujuan untuk meramalkan dan mengontrol perilaku. Gie, 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. Menurut Sari (2021), teknik *self management* adalah menunjuk pada suatu teknik dalam terapi kognitif behavioral berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif. 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.

Menurut Asbari (2020) *self management* merupakan kemampuan untuk

mengatur dan mengelola diri sendiri. Menurut Pratiwi (2021) *self management* merupakan kemampuan untuk mengatur dan mengelola dirinya. Menurut Lestari (20121) menyatakan *Self management* (pengelolaan diri) adalah prosedur di mana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada strategi ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, monitoring perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efek. Menurut pandangan behavioristik, setiap orang dipandang memiliki kecenderungan positif dan negatif yang sama. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya.

Berdasarkan beberapa penjelasan teoritis di atas maka dapat disimpulkan bahwa konseling dengan menggunakan teknik *Self management* akan mengarahkan individu tingkah laku individu melalui beberapa tahap dan prosedur sesuai kesadaran individu yang dimana individu tersebut memiliki kesadaran untuk mengendalikan dan mengatur perilakunya sendiri demi kehidupan yang lebih baik dan efektif.

2. Tujuan *Self management*

Mala (2022) 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. Dalam proses konseling konselor dan konseli bersama-sama ingin mencapai tujuan yang akan dicapai. Setelah proses pemberian teknik *self management*

berakhir konseli sebaiknya harus mengubah pola tingkah laku menjadi lebih baik lagi kedepannya serta mengubah pola pikiran.

Mulyasa (2022), 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. Muratama (2018), bahwa tujuan dari teknik *self management* adalah pengembangan perilaku yang lebih adaptif dari konseli. Konsep dasar dari *self management* adalah : (a) proses perubahan 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.

Berdasarkan beberapa pandangan yang diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self management* suatu pendekatan yang bertujuan untuk membantu individu untuk menyelesaikan masalahnya. Individu dapat mengelola pikiran dan perbuatan atau tingkah lakunya sehingga menjadi hal-hal yang baik dan berguna untuk dirinya kedepannya. Serta menganggap bahwa perubahan yang terjadi pada dirinya karena usahanya sendiri.

3. Tahap *Self Management*

Menurut pendapat Mulyasa (2022) mengungkapkan bahwa tahapan *self management* ada 3 diantaranya:

a. 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.

b. Tahap evaluasi diri

Tahap ini para klien membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku 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.

c. 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.

Menurut Cormier (Romawati, dkk. 2021) mengemukakan bahwa macam-macam tahapan *self management* ada 3 yaitu:

a. *Self-Monitoring* (pemantauan diri). *Self Monitoring* adalah suatu proses dimana

klien mengamati dan mencatat hal-hal tentang diri mereka dan interaksi mereka dengan situasi lingkungan.

- b. Stimulus *control* yaitu dapat digunakan untuk mengurangi perilaku-perilaku yang tidak diinginkan dan meningkatkan perilaku-perilaku yang diinginkan.
- c. *Self-reward* digunakan pada sasaran perilaku penguat ketika pelaksanaannya diikuti oleh respon yang ditargetkan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *self management* merupakan suatu strategi yang bertujuan untuk mengubah pola pikiran dan pola tingkah laku menjadi yang lebih baik dan diinginkan. Serta dapat menciptakan keterampilan baru sesuai yang diharapkan. Sehingga menjadi hal-hal yang baik dan berguna untuk dirinya.

C. Kerangka Pikir

Saat ini sedang marak-maraknya *game online* di berbagai kalangan khususnya pelajar. Kecanduan *game online* ini disebabkan karena siswa merasa jenuh dengan pelajaran sekolah sehingga siswa tersebut menghilangkan kejenuhannya dengan bermain *game online*, dan juga apabila tugas sekolah siswa tersebut banyak dia menundanya dan mengerjakan pada saat tugas tersebut akan dikumpulkan sehingga dia memilih untuk bermain *game online* yang ditandai dengan pemain *game online* akan berpikir tentang game ketika sedang *offline* dan kerap kali berfantasi mengenai bermain game ketika mereka seharusnya berkonsentrasi pada hal lainnya. Kecanduan *game online* adalah kegiatan yang dilakukan secara terus menerus dan berulang ulang menggunakan alat elektronik seperti handphone ataupun komputer dengan jaringan internet, serta atas kehendak

diri sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain untuk mendapatkan kepuasan dan kesenangan untuk diri sendiri yang biasanya mengabaikan lingkungannya.

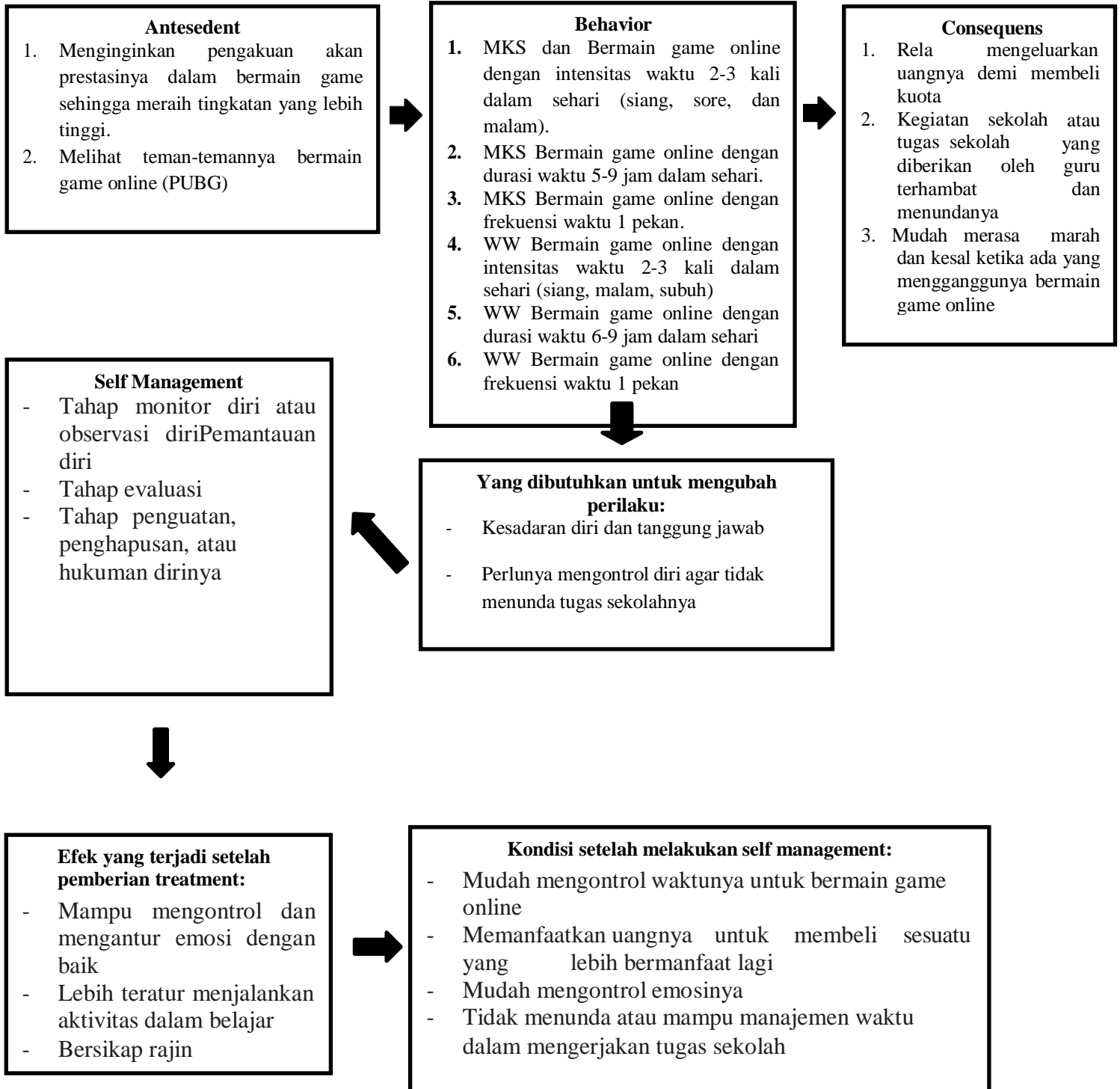
Kecanduan *game online* yang dialami siswa SMA saat ini kadang siswa tersebut tidak bisa mengontrol untuk berhenti bermain *game online* sehingga mempengaruhi akademik dan malas untuk mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh guru dan juga siswa yang kecanduan *game online* akan merasa asik dan senang dengan dunianya sendiri. Bermain game lebih dari 5 jam sehari misalnya 5-9 jam sehari. Rela mengeluarkan uangnya membeli kuota demi *game online* dan sering merasa kesal dan marah ketika ada yang mengganggunya bermain *game online*. Kegiatan atau tugas sekolah yang diberikan oleh guru terhambat dan menundanya, dan sangat sulit untuk menghilangkan kebiasaan bermain *game online*. Jika kecanduan *game online* tersebut tetap ada pada dirinya maka akan berdampak negatif bagi dirinya.

Berdasarkan penjelasan tersebut, siswa yang mengalami kecanduan *game online* memiliki masalah tingkah lakunya karena adanya tingkah laku siswa yang mengalami kecanduan *game online* yaitu susah mengendalikan emosi dan melampiaskan emosi tersebut ke orang yang ada di dekatnya dan mudah berbicara kasar, dalam pengentasan masalahnya dilakukan sebuah proses konseling yaitu berkaitan dengan perubahan tingkah laku yang buruk menjadi lebih baik dan efektif dari peristiwa tersebut, untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online* pada siswa cara dapat dilakukan adalah dengan memberikan teknik *Self Management*. Teknik *Self management* akan mengarahkan individu tingkah laku individu melalui beberapa tahap dan prosedur sesuai kesadaran individu yang

dimana individu tersebut memiliki kesadaran untuk mengendalikan dan mengatur perilakunya sendiri demi kehidupan yang lebih baik dan efektif.

Diharapkan setelah pemberian Teknik *Self management* kecanduan *game online* yang dialami siswa dapat merasakan dampak yang lebih baik seperti, mudah mengontrol waktunya untuk bermain *game online*, memanfaatkan uangnya untuk membeli sesuatu yang lebih bermanfaat lagi, mudah mengontrol emosinya, dan tidak menunda atau mampu manajemen waktu dalam mengerjakan tugas.

Agar lebih jelasnya, akan diuraikan bentuk kerangka pikir sebagai berikut:



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah yang telah ditentukan, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. Menurut Abdussamad, Z. (2022). Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi mengatakan bahwa metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi alamiah (natural setting) disebut sebagai metode kualitatif karena data yang telah dikumpulkan juga analisisnya bersifat kualitatif. Selain itu, hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Menurut Savitri, N. (2022) Studi kasus ialah proses untuk menggali pertanyaan dan mempelajari secara mendalam sampai menemukan realitas dari suatu permasalahan. Peran peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengumpul data, dan penganalisis data.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti menggunakan jenis penelitian studi kasus terhadap dua siswa yang teridentifikasi mengalami

kecanduan *game online* pada era pandemi. Penelitian ini dilakukan secara mendalam untuk menemukan gambaran-gambaran serta faktor penyebab kecanduan *game online* untuk kemudian dapat dilakukan perencanaan penanganan dengan melaksanakan atau memberikan layanan bimbingan konseling yang tepat untuk menangani kecanduan *game online* pada era pandemi.

B. Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai instrumen kunci serta aktif dan pengumpul data dalam upaya mengumpulkan data-data di lapangan. Selain peneliti yang berperan sebagai instrumen kunci serta aktif juga instrumen manusia, dapat pula digunakan berbagai bentuk alat-alat bantu dan dokumen-dokumen untuk menunjang keabsahan hasil penelitian yang berfungsi sebagai instrumen pendukung. Oleh karena itu, kehadiran peneliti secara langsung dan aktif di lapangan dengan informan atau sumber data lainnya disini mutlak diperlukan, untuk menunjang atau sebagai tolak ukur keberhasilan penelitian.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa di SMA Negeri 13 Bone yang berinisial MKS dan WW. Dimana dalam hal ini, MKS dan WW ditetapkan sebagai kasus serta subjek penelitian karena berdasarkan studi pendahuluan MKS teridentifikasi mengalami kecanduan *game online*. Hal ini karena MKS dan WW menunjukkan gejala pada tingkah lakunya yaitu bermain game lebih dari 3 jam sehari misalnya 4-6 jam sehari atau bahkan lebih. Rela mengeluarkan uangnya membeli kuota demi *game online* dan sering merasa kesal dan marah ketika ada yang mengganggu dan melarangnya bermain *game online*, kegiatan atau tugas

sekolah yang diberikan oleh guru terhambat dan menundanya, dan sangat sulit untuk menghilangkan kebiasaan bermain *game online*. MKS dan WW merasa bahwa dirinya kecanduan *game online* sehingga berpengaruh pada prestasi dan cara belajarnya disekolah, MKS susah untuk mengendalikan agar tidak bermain *game online* dan WW sering bermain *game online* saat pembelajaran daring (dalam jaringan) melalui whatsapp karena penjelasan yang diberikan oleh guru terlalu panjang sehingga membuat bosan dan jenuh dan sehingga melampiaskan dengan bermain *game online* dan sulit untuk mengontrol dirinya untuk tidak bermain *game online* secara langsung mengakibatkan kecanduan *game online* pada siswa.

D. Lokasi Penelitian

SMA Negeri 13 Bone terletak di Jl. Hos Cokroaminoto, Kec. Tanete Riattang Barat, Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan. Sekolah ini berada dipusat Kota Watampone. yang memiliki tempat yang sangat strategis yaitu berada di tengah-tengah kota Watampone. Yang bersebelahan dengan kampus IAIN Bone. Pemilihan lokasi penelitian ini karena berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terdapat dua siswa teridentifikasi mengalami kecanduan *game online*.

E. Jenis Data

1. Data Primer

Peneliti menggunakan data primer ini untuk mendapatkan informasi langsung mengenai gambaran kecanduan *game online* yaitu dengan wawancara

terhadap dua siswa. Sumber data utama diperoleh dari hasil observasi yang kemudian dicatat melalui catatan tertulis. Peneliti menggunakan data berdasarkan kasus untuk mendapatkan informasi langsung tentang perilaku siswa yang teridentifikasi yang mengalami kecanduan *game online* pada era pandemic di SMA Negeri 13 Bone.

2. Data Sekunder

Peneliti menggunakan data sekunder ini untuk memperoleh informasi dari orang tua, sahabat/teman dekat, serta guru BK, yang diharapkan dapat memberikan informasi yang akurat untuk memperkuat dan melengkapi informasi yang telah dikumpulkan sebelumnya pada data primer.

F. Tahap-Tahap Penelitian

Dalam penelitian ini, tahap yang ditempuh sebagai berikut:

1. Tahap sebelum ke lapangan, meliputi kegiatan penentuan fokus, penyesuaian dan paradigma dengan teori, peninjauan alat peneliti, mencakup observasi lapangan dan permohonan izin kepada subjek yang diteliti, konsultasi fokus penelitian, penyusunan sesudah penelitian.
2. Tahap pekerjaan di lapangan, meliputi mengumpulkan bahan-bahan yang berkaitan dengan siswa yang mengalami kecanduan *game online*. Data diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi.
3. Tahap analisis data, pada tahap ini data yang baik diperoleh melalui observasi, wawancara maupun dokumentasi yang dilakukan secara mendalam dengan satu siswa di SMA Negeri 13 Bone. Kemudian dilakukan penafsiran data sesuai dengan konteks permasalahan yang diteliti, selanjutnya dilakukan

pengecekan keabsahan dengan cara mengecek sumber data yang diperoleh dan metode perolehan data sehingga benar-benar valid sebagai dasar dan bahan untuk memberikan makna data yang merupakan proses penentuan dalam memahami konteks penelitian yang sedang diteliti.

4. Tahap penulisan laporan, meliputi kegiatan penyusunan hasil penelitian dari semua rangkaian kegiatan pengumpulan data sampai pemberian makna data. Setelah itu melakukan konsultasi hasil penelitian dengan dosen pembimbing untuk mendapat perbaikan saran-saran demi kesempurnaan proposal yang kemudian ditindak lanjuti hasil bimbingan tersebut dengan penulisan proposal yang sempurna. Langkah terakhir melakukan pengurusan kelengkapan persyaratan untuk ujian proposal.

G. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti merupakan instrumen kunci serta aktif dalam penelitian kualitatif. Selain peneliti, teknik pengumpulan data juga diperlukan dalam penelitian kualitatif sebagai langkah utama dalam penelitian untuk mendapatkan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain:

1. Wawancara

Peneliti dapat mengumpulkan data melalui wawancara. Esterberg (Suwendra, 2018) mendefinisikan wawancara sebagai berikut:

Interview is a meeting of two persons to exchange information and idea through question and responses, resulting in communication and joint construction of meaning about a particular topic. Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik

tertentu.

Untuk memudahkan wawancara dengan subjek, maka digunakan pedoman wawancara sebagai pegangan peneliti, agar wawancara dapat terstruktur dan terarah sesuai dengan tujuan penelitian. Melalui penelitian ini, peneliti menjalin hubungan dengan siswa yang mengalami kasus dan subjek lainnya secara terbuka, akrab, intensif dan empati sehingga dapat diperoleh informasi yang akurat dan tidak dibuat-buat. Dengan wawancara siswa yang mengalami kasus, juga dapat memahami perasaan dan berbagai fenomena yang dihadapi sehingga mengalami kecanduan *game online*.

Teknik penelitian dengan metode wawancara dalam bentuk tanya jawab dengan siswa yang teridentifikasi mengalami kecanduan *game online*. Selain wawancara dengan si kasus, dengan orang tua si kasus, dengan sahabat/teman dekat si kasus dan juga wawancara dengan teman *special* si kasus. Dengan menggunakan pedoman wawancara. Hal ini dimaksudkan untuk mendapatkan informasi tentang peserta didik yang teridentifikasi mengalami kecanduan *game online*.

2. Dokumentasi

Dokumentasi sebagai salah satu cara yang dilakukan peneliti untuk melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat oleh siswa atau oleh orang lain tentang siswa kasus. Melalui dokumentasi peneliti dapat menemukan gambaran dari sudut pandang siswa kasus melalui suatu media tertulis dan dokumen lainnya yang bersangkutan terhadap siswa kasus baik dalam bentuk gambar, kutipan, video dan bahan referensi lainnya yang mendukung penelitian. dalam penelitian

ini menggunakan foto, absensi, raport, dan sebagainya.

H. Teknik Analisis Data

Menurut Spradley (dalam Sugiyono, 2018) menyatakan bahwa: Analisis dalam jenis penelitian apapun, adalah merupakan cara berpikir. Hal itu berkaitan dengan pengujian secara sistematis terhadap sesuatu untuk menentukan bagian, hubungan antar bagian, dan hubungannya dengan keseluruhan. Analisis adalah untuk mencari pola.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini di lapangan berdasarkan model Miles dan Huberman. Miles and Huberman (Sugiyono, 2018) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus hingga tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data sebagai berikut:

1. Data Reduction (Reduksi Data)

Data yang telah ditemukan di lapangan perlu dicatat secara teliti dan rinci, untuk itu perlu dilakukan reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, mencari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu. Pada penelitian ini reduksi data akan dilakukan setelah Kecanduan *game online* siswa dan penanganannya di SMA Negeri 13 Bone.

2. Data Display (Penyajian Data)

Setelah mereduksi data, maka langkah selanjutnya adalah penyajian data atau mendisplaykan data. Penyajian data yang sering digunakan untuk penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Tujuan *display* data adalah

memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami.

3. Conclusion Drawing/Verification (Kesimpulan)

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan bisa berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Namun apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel (dapat dipercaya).

I. Pemeriksaan Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, standar pengecekan dan keabsahan data dilakukan dengan uji kredibilitas data atau kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif antara lain dilakukan dengan triangulasi dan *member check*.

1. Triangulasi

Menurut William Wiersma (Sugiyono, 2018) triangulasi yaitu pengecekan data yang diperoleh dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Dalam penelitian ini triangulasi yang digunakan yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode/teknik.

- a. Triangulasi sumber, bertujuan untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan mengecek data yang telah diperoleh dari beberapa sumber. Setelah melakukan wawancara kepada beberapa informan yang memiliki kedekatan

dan mengetahui keadaan subjek yang diteliti seperti kepada orang tua, sahabat/teman dekat dan teman *special*, hasil wawancara dengan informan tersebut dideskripsikan dan dikategorikan dengan hasil wawancara dengan subjek untuk melihat mana data yang memiliki pandangan sama dan pandangan yang berbeda. Jika data dari informan penelitian ini sesuai dengan data yang diperoleh dari subjek maka data tersebut memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi sehingga tingkat kebenaran kesimpulan akhir hasil penelitian dapat dipertanggung jawabkan.

- b. Triangulasi metode atau triangulasi teknik, dengan membandingkan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara dengan data yang diperoleh melalui observasi. Setelah peneliti memperoleh data dari subjek penelitian melalui wawancara, maka peneliti melakukan observasi pada setiap pertemuan antara peneliti dan subjek. Pengamatan diupayakan tidak diketahui dan disadari oleh subjek agar tingkah laku yang ditampilkan sesuai dengan fakta yang sebenarnya dan apabila terdapat ketidaksesuaian antara hasil observasi dan hasil wawancara, maka peneliti akan melakukan diskusi lebih lanjut dengan subjek untuk memastikan data mana yang dianggap benar.

2. Member Check

Menurut Sugiyono (2018) mengemukakan *member check* adalah proses pengecekan data yang diperoleh peneliti dari subjek. Apabila data yang ditemukan disepakati oleh subyek berarti data tersebut valid, sehingga semakin kredibel (dapat dipercaya) tetapi apabila data yang ditemukan peneliti dengan berbagai

penafsirannya tidak disepakati oleh subjek, maka penelitipun melakukan diskusi dengan subjek dan apabila perbedaannya tajam, maka peneliti harus mengubah temuannya dan harus menyesuaikan dengan apa yang diberikan oleh subjek. Dengan kata lain, semua informasi yang diperoleh dan akan digunakan peneliti dalam penulisan laporan sesuai dengan yang dimaksud subjek.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada konseli, orang tua konseli, sahabat konseli, dan guru BK konseli dengan tujuan untuk mendapatkan informasi tentang gambaran kecanduan *game online* dimasa pandemi covid-19 pada subjek MKS dan WW, faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kecanduan *game online*, dampak dari kecanduan *game online* siswa kasus MKS dan WW dan gambaran penanganan dari kecanduan *game online* pada subjek MKS dan WW.

1. Gambaran Kecanduan *Game online* pada Seorang Siswa di SMA Negeri 13 Bone

a. Gambaran Diri Konseli

Dua orang konseli yang merupakan siswa yang terdaftar di SMA Negeri 13 Bone yang saat ini berada pada kelas XI semester genap. Konseli yang pertama berinisial MKS berusia 16 tahun, berjenis kelamin laki-laki dengan tinggi 167 cm, berat badan 66 kg, mata bulat, kulit sawo matang, dan mempunyai hobby panahan dan bermain *game*. Dalam metode pembelajaran jarak jauh dimasa pandemi covid-19 ini, konseli mulai merasa mulai merasakan adanya kecanduan *game online* yang dirasakannya yang dimana bermain secara terus-menerus. Konseli merupakan anak pertama dari 2 bersaudara, dengan adiknya perempuan. Kehidupan keluarga Konseli jauh dari kata harmonis. Konseli sudah mengalami sudah mengalami kecanduan *game online* sejak SMP kelas 2 atau kelas 8 sekitar

tahun 2018, tetapi MKS ini mulai mengenal *game* itu sejak kecil berawal dari game yang dimainkan di PS (Playstation) MKS ini memang menyukai *game* yang bersifat peperangan. Konseli MKS merasa kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, sering terlambat makan, dan tugas sekolah terhambat dan sering menundanya. Konseli ingin mengurangi perasaan kecanduan *game online* yang dialami saat ini.

Konseli yang kedua berinisial WW berusia 16 tahun, berjenis kelamin laki-laki dengan tinggi 170 cm, berat badan 85 kg, mata bulat, kulit sawo matang, dan mempunyai hobby bermain bola volly dan bermain game. Dalam metode pembelajaran jarak jauh dimasa pandemi covid-19 ini, konseli juga mulai merasakan mulai merasakan adanya kecanduan *game online* yang dirasakannya yang dimana bermain secara terus-menerus sama seperti dengan konseli yang pertama MKS . Konseli merupakan anak kedua dari 3 bersaudara, dengan kakaknya laki-laki dan adiknya perempuan. Konseli sudah mengalami kecanduan *game online* sama seperti MKS sejak SMP kelas 2 atau 3 sekitar tahun 2018 2019, tetapi WW ini mulai mengenal game itu sejak kecil kelas 5 SD dan sering ke warnet. WW ini menyukai dan senang bermain *game online* karena menurutnya memainkan *game online* itu sangat menantang dan dapat mengasah kemampuan. Konseli WW merasa kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, sering terlambat makan, dan tugas sekolah terhambat dan sering menundanya. Konseli ingin mengurangi perasaan kecanduan *game online* yang dialami saat ini.

b. Kecenderungan Bermain *Game online* Konseli

Konseli yang berinisial MKS merupakan siswa kelas XI yang jarang

bergaul dengan teman sebayanya. Ia terlihat pendiam ketika berada ditempat umum namun ketika bertemu dengan sahabatnya ia sangat aktif berbicara, dilingkungan sekolahnya konseli hanya memiliki satu orang yang ia anggap sebagai teman diskusi. Sedangkan WW merupakan siswa kelas XI yang lebih suka menyendiri dan dia juga memiliki sahabat yang sangat akrab dengannya, WW juga tidak memiliki kegiatan ekstrakurikuler baik di sekolah maupun di luar sekolah sehingga dirinya hanya sering dirumah dan juga sering pergi bersama temannya untuk bermain *game online*. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa pada masa pandemi covid-19 ini konseli mengalami kecanduan *game online* sehingga bermain *game online* secara terus-menerus dalam sehari. Akibat sulit mengatur waktu untuk melakukan kegiatan seperti mengerjakan tugas sekolah sehingga tugas sekolah terhambat dan sering menundanya, mudah marah dan mengucapkan kata-kata yang kasar kepada temannya, WW dan MKS juga menginginkan pengakuan akan prestasinya dari temannya. Karena seringnya bermain *game online* MKS dan WW kurang berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, MKS dan WW rela mengeluarkan uangnya untuk membeli kuota *game* bukan untuk belajar. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada konseli yang berinisial MKS dan WW, orang tua MKS dan WW, sahabat MKS dan WW, dan guru BK MKS dan WW. Maka konseli teridentifikasi mengalami kecanduan *game online* yang ditandai dengan ciri-ciri dan gejala sebagai berikut:

- 1) Bermain game yang sama bisa lebih dari 3 jam sehari

Selama pembelajaran dari rumah MKS dan WW menghabiskan waktunya dengan bermain game online lebih dari 3 jam sehari. MKS memainkan game

online 5-9 jam sehari sedangkan WW memainkannya 6-9 jam sehari. Adapun hasil wawancara dengan MKS:

“Selama pembelajaran daring ini saya menghabiskan waktu saya kak dengan bermain game, ku suka sekali kak bermain *game online*, dari kecil memang kak memang saya suka main *game online*. Kalau bosan dan jenuhka kerja tugas sekolah kulanjut lagi kak untuk bermain *game online*. Biasanya saya main sendiri kak apalagi game PUBG ku suka itu kak karena lebih suka game yang tembak-tembak dan peperangan. Karna dari teman, saya melihat dia bermain *game online* PUBG sepertinya seru jadi teman saya memberikan saran untuk mainkan game tersebut. Dan saya biasa bermain *game online* itu lebih dari 4 jam kak misalnya 5-9 jam sehari karena susah sekali ka untuk berhenti...”

Adapun hasil wawancara dengan konseli berinisial WW, sebagai berikut:

“Yang selalu kumainkan kak itu game PUBG. Saya biasa main *game online* kak lebih dari 4 jam, 6-9 jam setiap hari atau biasa lebih kak dan di tambah saya juga kak sudah ikut tournamen (perlombaaan) makin tambah setiap kali dan berkali-kali main *game online* kak....”

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa MKS dan WW bermain game online secara terus menerus dan memusatkan perhatian pada game online dan menjadikan game online tersebut sebagai hobi.

2) Rela mengeluarkan banyak uang untuk bermain game.

MKS dan WW rela menghabiskan uangnya membeli kuota demi *game online* atau untuk bermain *game online*. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara bersama MKS, sebagai berikut:

“Saya rela untuk menghabiskan uang saya untuk membeli kuota demi untuk bermain *game online*, dan lebih suka bermain *game online* sendiri (solo player).”

Adapun hasil wawancara dengan konseli berinisial WW, sebagai berikut:

“Saya membeli kuota kak pada saat habis memangmi kuotaku untuk bermain *game online*, dan kalau sementara saya bermain *game online* kak, saya langsung meminta hotspot sama orang yang ada didekatku kak, kalau

selesai itu kak bermain *game online* saya langsung pergi membeli kuota kak”

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa MKS dan WW mengeluarkan uangnya untuk membeli kuota dan hanya fokus pada bermain *game online*

3) Lebih dari 1 bulan masih tetap bermain game yang sama.

MKS dan WW memainkan game online yang sama lebih dari 1 bulan yaitu game online PUBG, berikut kutipan wawancaranya:

“.....game PUBG ku suka itu kak dan sering kumainkan”

“Yang selalu kumainkan itu kak game PUBG Saya biasa main *game online* kak lebih dari 4 jam.....”

Berdasarkan hasil wawancara dengan MKS dan WW dapat disimpulkan bahwa MKS dan WW memang menyukai bermain game online PUBG dan memainkan game yang sama lebih dari 1 bulan.

4) Kesal dan marah jika dilarang total bermain game tersebut.

MKS dan WW merasa kesal dan marah jika ada yang melarang dan mengganguya dalam bermain game online, berikut kutipan wawancara dari MKS:

“.... Kadang di saat saya main *game online* tiba tiba ada yang melarang atau menggangu saya kak jelas saya kesal dan marah kak karena lagi asyik main game tiba-tiba ada yang ganggu dan larang saya kak.”

Adapun kutipan wawancara dari WW, berikut kutipan wawancaranya:

“.....Kalau sedang seru-seru bermain *game online* tiba-tiba ada yang menggangu atau melarang saya langsung kesal dan biasa juga marah kak. Saya kak biasanya kuajak teman ku untuk bermain *game online* kak kadang mau kadang juga tidak mau”.

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa MKS dan WW kesal dan marah jika ada yang mengganggunya pada saat bermain *game online*.

5) Senang menularkan hobi ke orang lain di sekitarnya.

MKS dan WW bermain game online bersama temannya atau kadang juga bermain game online sendiri. Berikut kutipan wawancara MKS:

“.....Biasanya juga saya ajak temanku main kak itupun kalau mau kak, kalau tidak mau yah tidak kupaksa juga kak, kadang juga temanku yang ajak main kak jadi mauka juga kak dan kutanya temanku kak kalau game itu bagus game tembak-tembak”.

Adapun kutipan wawancara konseli berinisial WW, sebagai berikut:

“.....Saya kak biasanya kuajak teman ku untuk bermain *game online* kak kadang mau kadang juga tidak mau”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan MKS dan WW dapat disimpulkan bahwa MKS dan WW senang mengajak temannya untuk bermain game online

6) Konseli lebih banyak menghabiskan waktu bermain game pada jam sekolah dan luar jam sekolah

MKS dan WW merasa bermain game online itu menyenangkan sehingga menghabiskan waktu dengan bermain game online. Berikut kutipan wawancara dengan MKS:

“Selama pembelajaran daring ini saya kadang menghabiskan waktu saya kak dengan bermain game, ku suka sekali kak bermain *game online*, dari kecil memang kak memang saya suka main *game online*. Kalau bosan dan jenuhka kerja tugas sekolah kulanjut lagi kak untuk bermain *game online*....”

Adapun kutipan wawancara dengan konseli berinisial WW, sebagai berikut:

“Saat sekarang ini pembelajaran daring saya menghabiskan waktu saya dengan bermain *game online*, karena saya suka bermain *game online* kak. Saya sangat suka bermain *game online* memang dari dulu kak karena seru dan asik serta

membuat saya kak tidak jenuh. Apalagi sekarang kak belajar dari rumah juga karena corona, jadi kuhabiskan waktuku bermain *game online*...”

Berdasarkan hasil wawancara MKS dan WW dapat disimpulkan bahwa MKS dan WW pada saat pembelajaran dari rumah MKS dan WW lebih banyak menghabiskan waktunya dengan bermain *game online* sehingga tidak mengerjakan tugas sekolahnya

Dengan kecanduan *game online* dapat berdampak pada aspek berikut:

1) Kurangnya aktivitas fisik

Kurangnya aktivitas fisik merupakan hal yang banyak dialami pelajar termasuk MKS dan WW. Berdasarkan wawancara dengan konseli MKS sulit mengatur waktu/tidak fokus. MKS sulit mengatur waktunya baik dalam belajar maupun aktivitas lainnya yang diakibatkan dengan bermain *game online* setiap hari bahkan sampai begadang. MKS juga sering terhambat dan menunda tugasnya di sekolah dan tugas yang diberikan guru mata pelajaran pun terabaikan. WW juga merasakan kurangnya aktivitas fisik dikarenakan selalu bermain *game online* setiap hari sehingga tugas sekolahnya pun terhambat dan dia juga cenderung menundanya, karena merasa malas mengerjakan tugas sekolah dan lebih senang bermain *game online* yang menurutnya sangat menyenangkan.

MKS sulit memusatkan perhatiannya pada pembelajaran dikarenakan MKS bermain *game online* sampai begadang sehingga dirinya tidak fokus saat melakukan aktivitas penting lainnya misalnya dalam pembelajaran. Berikut kutipan wawancaranya dari MKS:

“Yang buatka tidak fokus kak, kalau sudah main *game* langsungka oleng kurasakan baru kalau dirumahka main *game* seringka sambil

rebahan baru pas selesaika main tidak fokus ka mauka jatuh baru pernah ada na suruhkan ka mamaku tidak ku dengar apa nabilang kak. Dan pernah kak waktu datang temanku ke rumah untuk kerja kelompok dan kebetulan itu hari kak ada jadwal ku kerja kelompok di rumah, kan kerja kelompok maki ini saya yang bagian ngetiknya pada saat ngetik ka ini kenapa itu yang ku ketik ka malah bukan yang di suruhkan malah ngetik sembarang karena pusing mi kepala ku di situ kak baru ngantuk sekali ma juga.” (WWC001/080222/MKS/Ko)

Hal itu diperkuat dengan pernyataan sahabat MKS yaitu MF ketika diwawancarai, Berdasarkan hasil wawancara dari sahabat MKS yaitu MF sering melihat MKS tidak fokus dan memusatkan perhatian pada pembelajaran. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena yang kulihat kak dari MKS itu kalau datang ka dirumahnya seperti orang ngantuk kak, karena begadang itu kak main *game online*. Dan pernah ka kejadian ini waktu saya dan teman-teman ku sepakat maki kerja kelompok di rumahnya dan kebetulan satu kelompoka sama MKS, karena dia ji rumahnya luas untuk kerja kelompok kak, pada saat itu kan kerja kelompok maki ini dan ku tugaskan untuk dia yang bagian ngetik dan kerja PPT dan pada saat waktu kerja tidak fokus ki asal-asalan dia kerja itu yang di suruhkan malah yang lain na kerja kak dan kalau bosan mi kak kerja PPT to pasti sembunyi login atau mau main *game online* lagi kak. Dan teman-teman ku juga ka merasa marah kak karena tidak fokus ki kerja kelompok.” (WWC003/160222/MF/S)

WW tidak bisa melakukan aktivitas fisik, sehingga menyebabkan aktivitas fisik atau kegiatan yang penting lainnya sangat kurang dan jarang dilakukan dikarenakan sakit kepala, pusing, dan mengantuk. Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua yang berinisial WW mengenai kurangnya aktivitas fisik, berikut hasil wawancara:

“Karena kak kenapa tidak fokus ka aktivitas karena sering sakit kepala ku, pusing dan ngantuk kak, seperti oleng begitu. Apalagi kalau sudahka main game ka kalau mauma berdiri seperti mauka jatuh tidak fokus ka. Akibat itumi kak terlalu lama ka main game dari itu cahaya hp, jadi kalau berhentima kak olengma.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diungkapkan sahabat WW yaitu AT. Berdasarkan hasil

wawancara sahabat WW yang berinisial AT bahwa WW saat melakukan aktivitas WW tidak bisa memusatkan perhatiannya dan fokus pada hal yang dilakukan, karena pada saat malam hari WW begadang bermain game online sehingga tidurnya tidak cukup. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena WW itu orangnya kak tidak terlalu fokus melakukan aktivitas lain kecuali main *game online* kak karena saya sama WW sudah berteman dari kecil kak jadi ku tahu tentang dia. Dan selalu ma juga lihat begitu kondisinya kak yang tidak fokus melakukan aktivitasnya, kalau kerumahnya pergi main kak atau sama-sama ka juga mian game di sana dan selalu ma lihat ki sering sakit kepalanya dan pusing kak jadi itumi yang buat tidak fokus melakukan aktivitasnya karena terlalu lama main game.” (WWC07/180222/AT/S)

2) Kurang waktu tidur

Selama pandemi Covid-19 MKS tidak berkonsentrasi ketika melakukan aktivitas dan waktu tidurnya pun berkurang karena begadannng bermain *game online* sehingga pada pembelajaran online berlangsung dirinya tidak fokus dan tidak bisa berkonsentrasi. Berikut kutipan wawancaranya:

“Iye kak sakit sekali kepalaku kak karena biasanya itu pengaruh cahaya hp dan caraku main hp terlalu dekat jadi itu langsung sakit i kepalaku baru apalagi kalau begadang sampai ka subuh main pasti mulai mi pudar penglihatan ku dan hilang konsentrasi ku main *game online* dan melakukan aktivitas lainnya. Dan kalau sakit begitu mi kak apalagi kalau paginya ada pelajaran onlineku, dan pada saat itu kan di mulai mi pelajaran to dan yang na jelaskan guru waktu itu tidak bisa ka fokus karena ngatuk dan sakit kepala ku kak.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu diperkuat dengan dengan pernyataan ibu MKS yaitu SM. Berdasarkan hasil wawancaranya bahwa respon tubuh dari MKS ketika bermain game online yaitu mengeluh sakit kepala. ketika diwawancarai, berikut kutipan wawancaranya:

“Iye nak, pernah memang itu dia pernah mengeluh sakit kepalanya karena sudah main game itu yang di hpnya jadi ku kasih mi obat sakit kepala nak. Pernah memang kutanya jangan selalu main game-game itu sakit mi

kepalanya.” (WWC02/140222/SM/OT)

Berdasarkan hasil wawancara bahwa WW kondisi fisik yang dialami WW saat bermain game online dirinya sakit kepala dan matanya jadi sakit. Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua berinisial WW mengenai kurang waktu tidur, berikut kutipan wawancaranya:

“Karena terlalu lama ka main *game online* kak sampai berjam-jam ka tanpa istirahat jadi kalau selesai ka main ka tidak lama itu sakit kepala ku ka juga dan sakit mataku karna terlalu lama ka main. Dan pernah ka begadang karena main game sampai pagi lalu paginya itu tiba-tiba mama ku ada na suruhkan ka beli sesuatu kak baru ka mau pergi tiba-tiba penglihatan ku itu kabur-kabur kak dan kepala ku sakit sekali kurasa dan pusingmi kepalaku juga kak.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu diperkuat dengan pernyataan ibu WW berdasarkan hasil wawancaranya bahwa tidur WW yang kurang sehingga kondisi fisik dan respon tubuhnya menyebabkan dirinya sakit kepala, berikut kutipan wawancaranya:

“Gara-gara itu main game nakerja setiap hari baru begadangmi, kalau makan i biasa kulihat sambil main game i, selalu begadang itu nak tidak ada istirahatnya untu game yang di hpnya. Pernah bilang sama saya sakit matanya karena main game, makannya juga tidak teratur bagaimana tidak sakit kepala dan pusing i, nak.” (WWC06/150222/DA/OT)

3) Sering terlambat makan

Selama pandemi covid-19 adanya perubahan aktivitas pada MKS misalnya pola makan yang berkurang dari 3 kali sehari menjadi 1 sampai 2 kali dikarenakan bermain gam online yang sering dilakukan. Berikut kutipan wawancaranya:

“Kalau soal mengenai makan semenjak mengenal main *game online* to kak, yang kurasakan itu kak pola makan ku biasanya 3 kali dalam sehari dari sarapan, siang dan malam kak tapi semenjak saya mengenal *game online* PUBG saya mulai malas makan kak karena dengan keseruan yang saya rasakan pada saat bermain *game online* saya merasa melupakan waktu kak jadi semenjak saya mengenal permainan *game online* PUBG

pola makan saya menjadi sehari itu biasanya kan 3 kali sekarang biasanya itu satu sampai dua kali kak dalam sehari.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu diperkuat dengan pernyataan ibu MKS yaitu SM berdasarkan hasil wawancara bahwa perubahan pola makan pada MKS, karena mengutamakan bermain game online sehingga dampaknya maagnya kambuh. pada Berikut kutipan wawancaranya:

“Itu anak semenjak kenal game-game mulaimi malas makan, tidak teratur mi makan, sampai pernah itu kejadian sakit sekali perutnya dia kasi tahu ka ternyata baru 1 kali makan dan ada juga sakit maagnya. Karena main game terus na kerja, kalau dipanggil makan bilang saja “sebentarp”. Malas memang makan, lebih seringji main game. Baru lapar sekali pi baru makan i.” (WWC02/140222/SM/OT)

Berdasarkan hasil wawancara bahwa saat pandemi covid-19 ini perubahan aktivitas pada WW yaitu perubahan pola makan yang tidak teratur karena bermain game online secara terus-menerus. Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua berinisial WW mengenai sering terlambat makan, berikut kutipan wawancaranya:

“Pada saat ku kenal ini *game online* kak PUBG, pola makan ku mulai tidak teratur karena main game terus ka sampai lupa ka makan ka dan aktivitas yang lain karena terlalu seru gamennya dan sama ka juga teman ku main game juga kak. Dan sering ka juga keluar-keluar di rumahnya teman ku kak jadi kalau soal makan itu di rumah pi saja kak jadi kalau pulang maka di rumah pasti marah mi mama ku karena lama ka pulang dan lambat ka juga makan dan semenjak itu ka sering ka main game dan jarang di rumah dapat ka penyakit maag ka kalau lambat ka makan kak..” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu diperkuat dengan pernyataan ibu WW yaitu DA berdasarkan hasil wawancaranya bahwa pola makan WW tidak teratur dikarenakan perhatiannya ke game online bermain secara terus-menerus. Berikut kutipan wawancaranya:

“Selama WW aktif-aktifnya main game, mulai mi malas makan nak karena itu selalu main game na kerja di rumah dan juga kalau dirumah sebentar ji sudah keluar mi kerumahnya temannya jadi biasa malam pi baru di rumah i dan kalau di rumah baru pi makan, pernah satu kali ji makan sehari itu anak mulai mi kurus karena makannya susah mi dia atur nak.”

(WWC06/150222/DA/OT)

4) Kurangnya konsentrasi dalam belajar

Kondisi untuk belajar online dirumah tidak memungkinkan karena rumah MKS berdekatan dengan jalan raya yang menyebabkan kurang konsentrasi dalam belajar. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena pasti mengganggu kak apalagi sekarang kak zamannya online kan harus fokus dan dengarkan lebih jelas guru ta menjelaskan jadi kalau ada ribut sedikit hilang fokus ta kak apa lagi kalau jaringan tidak bagus pasti jengkel sekali ma kak belum suara ribut baru saya rumah ku sama tetanggaku berdekatan semua kak jadi banyak anak-anak suara motor dan itumi biasa kasih malas ka pelajaran online kak.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

“Kondisi yang saya rasakan itu kak jengkel sekali ka karena gara-gara banyak orang dekat rumah kebetulan rumah ku dekat jalan raya kak dan pasti ribut kak kalau dalam belajar ka beda kurasa kak karena tidak konsentrasi ki di rumah karena itumi kak susah ka konsentari kalau dirumah belajar.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat diperkuat dengan pernyataan guru BK MKS bahwa MKS terganggu pada proses pembelajaran karena kondisi lingkungan rumah MKS yang ribut dan juga memainkan game online secara terus-menerus. Berikut kutipan wawancaranya:

“Kondisi yang dirasakan itu mungkin hampir sama dengan beberapa siswa yang lainnya materi pelajaran yang disampaikan guru mata pelajaran sulit dipahami apalagi pelajaran berhitung, dan informasi lain yang saya dapat dari orang tuanya tentang MKS aktivitas belajar online di rumahnya bahwa MKS sulit untuk memahami apa yang di sampaikan kepada gurunya dalam memberikan materi atau pembelajaran bahwa yang di rasakan MKS pada saat itu dia tidak fokus untuk dalam pelajaran dan materi yang di berikan karena aktivitas di lingkungan di sekitar rumah MKS itu terlalu ribut di karenakan posisi rumahnya dekat jalan raya jadi MKS merasa terganggu dengan aktivitas sekitar rumahnya, dan informasi lainnya yang saya dapat dari orang tua MKS itu kalau sudah merasa bosan dengan pelajaran yang di berikan oleh guru karena lingkungannya seperti itu jadi MKS melakukan aktivitas yang dia sukai yaitu main *game online*.” (WWC04/210222/AM/GBK)

Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua yang berinisial WW mengenai kurangnya konsentrasi dalam belajar, bahwa kondisi yang tidak memungkinkan di rumah WW untuk belajar online yang membuat terganggu saat pembelajaran online. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena terasa terganggu ka kalau lagi belajar online baru pas-pasnya guru menjelaskan pasti terganggu kak. kalau di rumah banyak orang seperti saudara-saudara ku keponakan ku dan banyak anak-anak ka apa lagi pada saat ada pelajaran online ku pasti na ganggu ka itu anak-anak yang ada di rumah. Jadi sulit ka untuk dalam pembelajaran yang di berikan apalagi jaringan kak kadang bagus kadang juga tidak kak malah tambah stres ma itu kalau jelek mi jaringan suara ribut orang di rumah dan jaringan yang tidak mandukung.” (WWC05/090222/WW/Ko)

“Kondisi yang kurasa kan itu jaringannya tidak bagus,bosan, dan banyak gangguan anak atau orang di rumah ka jadi susah ka kosentrasi dalam belajar kak” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat diperkuat dengan pernyataan guru BK bahwa WW tidak fokus pada pembelajaran karena kondisi dirumah tidak memungkinkan untuk belajar online yang mengganggu aktivitas belajar. Berikut kutipan wawancaranya:

“Bisa jadi itu membuatnya tidak fokus dalam menerima pembelajaran. Saya rasa begitu yah. Biar kita kalau mendengarkan suara dari luar baru sementara fokus pasti membuat ki tidak fokus. Ibunya WW ini juga bilang waktu dihubungi tidak fokus dan terganggu itu dikarenakan ada memang suara yang lain seperti anak kecil. Dan yang paling membuat i terganggu dalam hal seperti pembelajaran online yaitu jaringan yang tidak stabil kadang baik kadang tidak baik jadi kalau jelek mi jaringannya pusing mi di tambah lagi suara anak kecil tambah pusing nak.” (WWC04/210222/AM/GBK)

5) Tugas sekolah terhambat dan sering menundanya

Selama belajar dari rumah MKS berdasarkan hasil wawancara bahwa dampak dari bermain game online MKS secara terus-menerus yang mengakibatkan tugas sekolah MKS terhambat dan tugas sekolahnya menunda

dikerjakan. bermain *game online*. Berikut kutipan wawancaranya:

“Iye kak, karena sudah jadi kebiasaanku kak bermain *game online* yang akibatnya tugas sekolahku selalu terhambat dan sering ka menunda untuk mengerjakannya kak, karena sudah kebiasaan ku mi itu kak main *game online* biar di rumah ka main game terus ka jadi kalau soal tugas ku yang di berikan sama guru kak terlambat ka kerja i atau kalau tidak ku tahu tidak ku kerja mi saja kak karena tidak mengerti ka apalagi mata pelajaran matematika banyak tugas tidak selesai ku kerja karena tidak mengerti ka jadi banyak mi tugas ku terhambat karena itu mata pelajaran yang menurut ku susah. Kalau misalnya masih lama dikumpul tugas sekolah, maupi dikumpul itu tugas baru kukerjakan kak.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat diperkuat dengan pernyataan guru BK MKS bahwa akibat bermain game MKS tidak mengerjakan tugas sekolahnya dan tugas sekolahnya ditunda untuk dikerjakan dan MKS sulit memahami mata pelajaran matematika. Berikut kutipan wawancaranya:

“Seperti yang disampaikan orang tua MKS yang telah dihubungi, bahwa MKS ini main game terus dia kerja bahkan begadang main game sehingga malas kerja tugas sekolahnya. Tugas sekolahnya terhambat dan sering dia tunda karena dia sering bermain *game online*. Sebelum saya menghubungi orang tuanya, saya mendapatkan info dari wali kelasnya yang disampaikan oleh guru mata pelajaran matematika bahwa MKS ini salah satu siswa yang sulit memahami mata pelajaran matematika dan dia juga tidak tuntaskan nilainya. MKS sulit memahami dan tugas yang di berikan banyak yang terhambat atau tidak di kerjakan.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua yang berinisial WW mengenai tugas sekolah terhambat dan sering menundanya. Berdasarkan hasil wawancara bahwa akibat dari bermain game online yang dilakukan WW secara terus-menerus dan tidak bisa mengontrol dirinya bermain game online sehingga melupakan tugas sekolahnya untuk dikerjakan. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena kalau lagi main *game online* kak kulupai tugas ku karena terlalu keasikan bermain *game online* sama teman timku kak dan lupa waktu jadi sering terhambat tugas ku kak. Dan temanku juga kak selalu na ajakka

untuk main *game online* baru banyak mi juga tugas sekolahku kak. Itumi tidak bisaka kontrol diriku untuk tidak main game kak, apalagi kalau na ajakma temanku pergika pasti mabar, terlalu ke asikkan ka main game sama teman dan timku kak.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat diperkuat dengan pernyataan guru BK WW. Berdasarkan hasil wawancara bahwa akibat bermain game online yang dilakukan sehingga tugas sekolahnya tidak dikerjakan dan tugas sekolahnya ditunda untuk dikerjakan. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena memang dia senang dan asik main *game online* sampai dia lupa mi kerja tugasnya dan terhambat seperti yang disampaikan ibunya. Bisa jadi *game online* merupakan hal yang membuat WW senang dan tidak bosan sehingga memainkan *game online* secara terus-menerus dan bahkan untuk mengerjakan tugas saja MKS ini merasa bosan karena dia lebih senang bermain game saja dari pada mngerjakan tugas yang dia tidak di mengerti.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Tabel 4.1 Gambaran Kecanduan *Game online* Pada Subjek MKS

No.	Aspek Perilaku	Deskripsi Perilaku	Keterangan
1.	Kurangnya Aktivitas Fisik	MKS sulit memusatkan perhatiannya pada pembelajaran dikarenakan MKS bermain game online sampai begadang sehingga dirinya tidak fokus saat melakukan aktivitas penting lainnya misalnya dalam pembelajaran.	
2.	Kurang Waktu Tidur	Selama pandemi Covid-19 MKS tidak berkonsentrasi ketika melakukan aktivitas dan waktu tidurnya pun berkurang karena begadannng bermain <i>game online</i> sehingga pada pembelajaran online berlangsung dirinya tidak fokus dan tidak bisa berkonsentrasi.	
3.	Sering Terlambat Makan	Selama pandemi covid-19 adanya perubahan aktivitas pada MKS misalnya pola makan yang berkurang dari 3 kali sehari menjadi 1 sampai 2 kali dikarenakan bermain gam online yang sering dilakukan	
4.	Kurangnya Konsentrasi Dalam Belajar	Kondisi untuk belajar online dirumah tidak memungkinkan karena rumah MKS berdekatan dengan jalan raya yang	

		menyebabkan kurang konsentrasi dalam belajar
5.	Tugas Sekolah Terhambat dan Sering Menundanya	Selama belajar dari rumah MKS berdasarkan hasil wawancara bahwa dampak dari bermain game online MKS secara terus-menerus yang mengakibatkan tugas sekolah MKS terhambat dan tugas sekolahnya menunda dikerjakan. bermain <i>game online</i>

Tabel 4.2 Gambaran Kecanduan *Game online* Pada Subjek WW

No.	Aspek Perilaku	Deskripsi Perilaku	Keterangan
1.	Kurangnya Aktivitas Fisik	WW tidak bisa melakukan aktivitas fisik, sehingga menyebabkan aktivitas fisik atau kegiatan yang penting lainnya sangat kurang dan jarang dilakukan dikarenakan sakit kepala, pusing, dan mengantuk. Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua yang berinisial WW mengenai kurangnya aktivitas fisik	
2.	Kurang Waktu Tidur	Berdasarkan hasil wawancara bahwa WW kondisi fisik yang dialami WW saat bermain game online dirinya sakit kepala dan matanya jadi sakit. Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua berinisial WW mengenai kurang waktu tidur.	
3.	Sering Terlambat Makan	Saat pandemi covid-19 ini perubahan aktivitas pada WW yaitu perubahan pola makan yang tidak teratur karena bermain game online secara terus-menerus. Adapun kutipan wawancara dari konseli kedua berinisial WW mengenai sering terlambat makan.	
4.	Kurangnya Konsentrasi Dalam Belajar	Bahwa kondisi yang tidak memungkinkan di rumah WW untuk belajar online yang membuat terganggu saat pembelajaran online.	
5.	Tugas Sekolah Terhambat dan Sering Menundanya	Bahwa akibat dari bermain game online yang dilakukan WW secara terus-menerus dan tidak bisa mengontrol dirinya bermain game online sehingga melupakan tugas sekolahnya untuk dikerjakan.	

a. Faktor yang Mempengaruhi Timbulnya Kecanduan *Game online* Siswa di SMA Negeri 13 Bone

Siswa yang memiliki kecanduan *game online* disebabkan oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam maupun dari luar dirinya. Adapun faktor yang menjadi penyebab kecanduan *game online* pada konseli yaitu:

1. Keinginan yang kuat dari diri konseli untuk memperoleh nilai tinggi dalam game online

Keinginan muncul ketika siswa yang berinisial MKS dan WW ini sangat mempertahankan skill atau kekuatannya dalam bermain *game online*. Maka dari itu MKS dan WW ini selalu bermain *game online* secara terus menerus untuk mengejar target untuk mencapai tingkatan lebih tinggi, dan juga ingin diakui di teman-temannya bahwa dia dapat memainkan *game online* tersebut dengan baik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan MKS bahwa tujuan dari bermain *game online* itu bagi MKS untuk meningkatkan prestasi dalam bermain *game online* agar dirinya mencapai target yang diinginkan dan berada pada posisi teratas dibandingkan dengan lawan mainnya. Berikut kutipan wawancara peneliti bersama konseli:

“Karena dalam bermain *game online* kak ada yang namanya beradu prestasi seperti KD dan point atau rank yang tinggi, itu kenapa mau sekali ka tinggi nilai ku atau point ku kak supaya kalau na lihat akun ta orang atau karakter ta kak pasti na bilangi ki jago kak jadi kalau main game ka harus ka fokus di dalam game karena ada target ku yang mau saya kejar yaitu naik rank manjadi concueror bisa di bilang rank yang tertinggi mi itu kak.”
(WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan dari sahabat/ teman dekat MKS yang berinisial MF bahwa salah satu alasan waktu MKS yang digunakan untuk

bermain game karena untuk mendapatkan pencapaian yang tinggi harus melalui bermain game yang rutin agar mendapatkan kemampuan (skill game) yang lebih baik dari sebelumnya.. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

Menurutku kak kalau mau ki memperoleh permainan yang baik itu harus ki tekun main gamenya kak dan mempelajari strategi-strategi di dalam gamenya dan banyak mi juga ka player-player diluar sana yang mainnya sudah jago dan lebih terkenal di dunia game ka jadi MKS harus juga bisa lebih tekun mainnya karena di luar sana banyak saingannya kak dan kebetulan begitu juga dia kak karena dia sudah jago mi main game PUBG di dia ka biasa belajar main game dan sering ka main juga sama dia kak. (WWC03/160222/MF/S)

Adapun hasil wawancara dengan konseli berinisial WW Berdasarkan hasil wawancara dengan WW mengenai faktor internal yaitu keinginan. Bahwa WW meningkatkan nilai tertinggi dan poin dalam bermain game online yang mneyebabkan WW bermain game online secara terus-menerus. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena kalau point ta di game jelek kak atau rendah rank ta tidak na lirik ki player lain jadi harus ka berusaha kasih bagus KD ku dan rank *game online* PUBG, kan saya juga kak sering ka ikut turnamen di sekitar kota ka jadi harus ka kasih bagus point ku dan KD ta supaya kalau pas lagi turnamen ada yang bisa di banggakan di karakterta karena bagus mi dengan rank yang tinggi dan KD yang bagus kak, jadi itu sering ka main *game online* sama teman ku karena untuk tim juga kak kalau semua rata KD dan ranknya kak tambah bagus tim ta di lihat pas nanti turnamen di adakan.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan dari sahabat/ teman dekat WW yang berinisial AT. Bahwa WW melakukan aktivitas bermain game online dengan alasan agar mendapatkan pencapaian yang diinginkan sehingga perhatiannya hanya fokus pada game online. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

Dengan cara harus lebih rutin main gamenya kak karena dia kan sama timnya sering ikut turnamen jadi menurut ku kak kalau WW ingin mendapat nilai yang tinggi dalam game dia harus lebih rutin lagi main gamenya kak

karena banyak juga player-player dan tim-tim yang lebih kuat dari dia dan timnya jadi harus ki lebih sering main game agar skillnya dalam main *game online* meningkat kak, harus na dapat juga concueror karena kalau dapat maki rank begitu itu juga sebagai kebanggan dalam dunia game karena hanya 500 orang ji di dunia yang bisa masuk di rank/point jadi WW pertahankan keahliannya dalam main *game online* kak. (WWC07/180222/MF/S).

2. Rasa Bosan yang dirasakan konseli ketika belajar dari rumah

Rasa bosan yang muncul konseli yang berinisial MKS dan WW sehingga lebih memilih memainkan *game online* dan sudah jadi kebiasaan. Menurut MKS dan WW bahwa *game online* itu sangat menyenangkan baginya sehingga memainkannya secara terus menerus.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa bermain game online bagi MKS bisa menghilangkan rasa bosan dan membuat dirinya bersemangat apalagi bermain game online bersama temannya. Berikut kutipan wawancara peneliti bersama konseli:

“Karena sudah kebiasaan maka main game dan dari kecil maka juga main *game online* dan apalagi *game online* pasti lebih bersemangat ka main na hilangkan juga rasa bosan ku kak gamenya karena di dalam gamenya bisa ki main sama teman atau orang lain seluruh indonesia kak jadi yang bikin semangat ka main gamenya ka itu banyak player yang jago dan banyak juga player yang lucu dan bisa ka juga belajar dari player-player lain tentang strategi mainnya agar bisa ka lebih handal lagi mainnya kak dan itu juga kak na ajak temanku main jadi ikutma main juga kak. Jadi kalau soal game PUBG pasti semangat ka main game kak.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan dari sahabat/ teman dekat MKS yang berinisial MF. Berdasarkan hasil wawancara yang dituturkan MF bahwa MKS sudah bermain game online sejak kecil dan membuat dirinya bersemangat jika bermain game online itu akibatnya sampai saat ini MKS bermain game online secara terus-menerus. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena dia sudah pernah cerita sama saya kak sudah dari kecil katanya suka sekali main game, apalagi game yang bergenre tembak-tembakkan mbe na suka sekali kak dan kan dia dari kecil ji main game semenjak keluar game PUBG online di HP makin tambah bersemangat i main game karena di game PUBG online yag dia maini itu ka nasuka sekali, karena dalam gamenya itu bisa ki main sama orang dari jauh dan teman-temannya juga sering mabar i kak apalagi kalau diajak mi juga sama temannya pasti mau i mabar kak krna biasa kuliat i, jadi malah tambah semangat i main gamenya dan banyak mi juga yang mainnya sudah jago kak jadi MKS tertantang i untuk sering bermain *game online* dari pada game yang lain atau aktivitas yang lainnya kak dan itu kak na kasi hilang juga rasa bosannya itu anak.” (WWC01/060222/MF/Ko)

Adapun hasil wawancara dengan konseli berinisial WW mengenai faktor intenal yaitu rasa bosan. Berdasarkan hasil wawancara dengan WW bahwa bermain game online yang dilakukan WW sudah dari dulu dan sampai saat ini sudah jadi kebiasaan yang mengakibatkan WW bermain game online sampai larut malam. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena sudah dari dulu maka suka main tembak-tembakan kak dari dulu ja main berawal na ajakka temanku untuk mainkan itu game, baru ke warnet sampe malam, jadi kalau soal main game PUBG online lagi bisa ki main sama orang yang jauh kak dan banyak juga teman ku main game ini jadi pasti lebih semangat ka main sekaligus penghilang rasa bosan dan kalau malam sering ka mabar sama teman ku itu kenapa semangat sekali kalau main kalau *game online* PUBG kak.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan dari sahabat/ teman dekat WW yang berinisial AT. Berdasarkan hasil wawancara dengan WW bahwa MKS mempunyai kebiasaan bermain game online sejak kecil yang membuat sampai saat ini bermain game online dan latihan terus-menerus untuk mengikuti turnamen. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena sudah kebiasaan mi kak dari dulu karena waktu kecil sering ka sma dia sama teman ku yang lain juga kak sering ka ke warnet sama-sama ka tapi dia lebih senang kak kalau soal main game tembak-tembak jadi sampai sekarang dia itu kesehariannya main game sendiri atau sama teman kak dan apa lagi sekarang kak dengan seringnya mi main sampai-

sampai terbentuk mi tim untuk khusus game PUBG jadi WW itu lebih rutin latihan main gamenya agar timnya bisa dapat juara di turnamen PUBG kak. Jadi makin seringnya main game kalau ada na lakukan sesuatu baru yang na lakukan itu apalagi kalau bosan i kak.“(WWC07/180222/AT/S)

3. Kurangnya *self Control* dalam diri remaja

MKS dan WW tidak dapat mengendalikan dirinya untuk bermain *game online* serta tidak dapat mengatur waktu untuk melakukan aktivitas lain yang penting seperti belajar dan mengerjakan tugas sekolah karena sudah menjadi kebiasaan bermain *game online* dari sejak kecil.

Berdasarkan hasil wawancara dengan MKS bahwa bermain game online PUBG yang sering dilakukan MKS yang akibatnya kurangnya kontrol diri untuk bermain game online. Berikut kutipan wawancara peneliti bersama konseli:

Karena dari dulu ka juga main game dari kecil ma main game ka dan bapak juga waktu masih kecil sering ka na belikan mainan tembak-tembak dan na belikan ka juga game PS dari PS1 dan PS2 baru kebanyakan game ku juga game tembak-tembak itu kenapa suka sekali ka main game ini kak *game online* PUBG yang dasarnya itu game tembak-tembakan kak jadi kalau main game ma pasti semangat sekali maka dan pasti lebih fokus ka dari pada aktivitas lain karena kalau di dalam game maka kayak ku hayati sekali gamenya karena seru,emosi dan senang tercampur aduk kak jadi kalau di bilang soal susah ka kendalikan i. (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan dari sahabat/ teman dekat MKS yang berinisial MF. Berdasarkan hasil wawancara dengan MF bahwa MKS tidak bisa mengendalikan dirinya bermain game online dikarenakan kalau bermain game online membuat MKS bersemangat dan sudah menajadi kebiasaan. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

Karena kak setau saya itu mbe na waktu kecil katanya kak karena pernah juga cerita sama saya pernah di belikan PS1 dan PS2 di belikan sama bapaknya kak jadi mungkin dari faktor itu susah na kendalikan dirinya

kalau tidak main game karena sudah kebiasaan mi kak dan saya juga kan teman dari kecilnya ji kak jadi rata-rata ku tau aktivitasnya MKS ini apalagi kalau soal game kak, kan MKS sudah dari kecil masuk di dunia game kak jadi kalau main game PS tidak bisa di ganggu kak kalau takala main game mi kak, dan semenjak keluar gamenya ini PUBG di HP main bersemangat ki kak karena ini game kesukaannya jadi mulai dari itu keluar gamenya susah mi kendalikan dirinya kak karena biar ada waktu luangnya sedikit na sempatkan ji mian *game online* saja dari pada melakukan aktivitas lainnya kak. (WWC03/160222/MF/S)

Hal itu juga disampaikan orang tua MKS yaitu ibunya yang berinisial SM.

Berdasarkan hasil wawancaranya dengan ibu MKS berinisial SM bahwa akibat MKS sering bermain game online karena sejak kecil MKS sudah bermain PS dan sampai saat ini MKS senang bermain game. Berikut kutipan wawancaranya:

Karena sudah kebiasaan dari kecil itu nak begitu memang kalau kularang i pasti tetapi lanjut itu main game nak dan itu juga nak kan bapaknya MKS waktu kecil na belikan itu PS sedding namanya. Semenjak saya kasih belikan HP ada game juga sering sekali na maini ku lihat biar di marahi tetap masih main dan makannya juga tidak teratur mi semenjak itu main game di HP mulai mi tida bisa na kendalikan aktivitasnya yang lain kecuali bermain game di hpnya sampai-sampai begadang i nak. (WWC02/140222/SM/OT)

Adapun hasil wawancara dengan konseli berinisial WW mengenai faktor intenal yaitu kontrol diri. Bahwa WW tidak bisa mengendalikan dan mengontrol dirinya untuk bermain game online dikarenakan sehingga sering main game online. Berikut kutipan wawancaranya:

Karena game yang kumaini sekarang dan yang paling ku suka kak kalau main *game online* PUBG ma kak kayak senang ka dan semangat ka jadi kalau main *game online* ma ini pasti lebih berkonsentarsi ka main game dari pada aktivitas lain jadi kalau tidak main game ka saja dalam 1 hari ka seperti orang gelisah ka kan pernah ke jadian ka waktu rusak hp ku kan pasti tidak main ka karena rusak hp ku jadi demi kasih hilang ke gelisahan ku kak ku ambil hpnya mama ku baru ku download *game onlinenya*, makin harus ku mi itu mau main game ka demi game ku download itu gamenya baru itu gamenya berat kak karena sampai 6 GB peyimpanannya dan kuota juga tidak sedikit na pakai ka. jadi susah tidak bisa kukendalikan kalau soal main game kak. (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat dengan pernyataan dari sahabat/ teman dekat WW yang berinisial AT. Berdasarkan hasil wawancara bahwa kebiasaan WW bermain game online dan merasa bahwa game online membuatnya bersemangat akibatnya WW tidak bisa mengontrol dan mengendalikan dirinya bermain game online.

Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

Karena itu kak sudah kesenangannya itu main game kak jadi kalau sudah di dalam game kak yang saya lihat dia lebih bersemangat kak dan senang. Karena kalau tidak main game saja dalam 1 hari kak seperti ada yang kurang dia rasa kak dan sempat juga waktu masih dalam belajar online kan ini memang ini pelajarannya tidak terlalu na suka WW membosankan katanya karena mata pelajaran matematika lagi kak yang tidak dia suka dan waktu itu dalam pembelajaran online mi kan bosan sekali mi na rasa itu makin bosannya itu pergi main *game online* sembunyi-sembunyi dan na matikan saja kameranya lalu main *game online* i kak karena samaka zoom itu dirumahnya, itu mi jadi bisa di bilang susah mi kendalikan dirinya untuk bermain game karena biar bosan begitu saja pergi ji main *game online* kak. (WWC07/180222/NN/S)

Hal itu juga disampaikan orang tua WW yaitu ibunya yang berinisial DA. Berdasarkan hasil wawancara bahwa kebiasaan WW sejak kecil bermain game akibatnya sampai sekarang WW tidak bisa mengontrol dan mengendalikan dirinya bermain game online. Berikut kutipan wawancaranya:

Karena kebiasaan mi dari dulu nak. Main game dari waktunya kecil di tempat warnet nabilang, karena itu anak tidak pulang-pulang i dari pagi sampai malam, waktu kesana ka jemput i marah-marah i karena tidak mau pulang. Terus waktu ku antar mi pulang biar sampai di rumah marah i sampai-sampai bapaknya marah-marah juga sama ini anak, jadi semenjak itu tidak terlalu ku larang mi kalau main game jadi sekarang itu anak kalau main susah mi na kendalikan dirinya kalau main game-game nak. (WWC06/150222/DA/OT)

4. Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya

MKS dan WW tidak dapat mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh

guru mata pelajaran karena hanya bermain *game online* yang sering dilakukan bahkan sampai begadan, sehingga dia tidak mengerjakan tugas sekolahnya dan melakukan aktivitas penting lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan MKS bahwa MKS tidak mengerjakan tugas sekolah dan lebih memilih bermain game online sebagai prioritas. Berikut kutipan wawancara peneliti bersama konseli:

“Karena itumi kak kalau main game maka sampe malam dan kalau capek maka main game pasti istirahat ka dan ketiduran ka kak. Dan kalau soal menyelesaikan tugas, kalau tugasnya seperti matematika pasti tidak ku kerja mi kak dan kalau mau ma kerja juga dan tidak ku tau pasti main game ka lagi karena kalau itu ku fikir sakit ji kepala ku kak.”
(WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh ibu MKS yang berinisial SM. Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu MKS yang berinisial SM bahwa Kondisi tubuh MKS jika begadang bermain game online akibatnya MKS sakit kepala dan tidak mengerjakan tugas sekolahnya. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

Karena dia itu main game terus baru kurang waktunya untuk tidur jadi paginya itu dia seperti orang mengantuk dan bagaimana juga mau na kerja tugasnya kalau pagi seperti orang capek kulihat. terus dan dia yang ingat cuman game game di kepalanya. Dan itu MKS kalau sakit kepalanya tidak na kerja mi tugasnya karena tidak bisa na kerja tugasnya atau na tunggu datang temannya kerumah baru kerjai tugasnya kebetulan sahabatnya itu dekatji rumahnya dari rumah jadi biasa kerumah juga bantu-bantu kerja tugasnya MKS. (WWC02/140222/SM/OT)

Hal itu juga disampaikan sahabat MKS yaitu MF. Berdasarkan hasil wawancara dengan MF bahwa kondisi tubuh MKS ketika tidak bisa mengerjakan tugas sekolahnya yang akibatnya pusing dan sakit kepala dan pelarian ke game online. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena MKS itu dari SMP ka sama kak dari dulu ji malas kerja tugas

apalagi belajar hahaha. Dan itu juga kak kalau kerja mi tugas yang tidak na tau na kerja tugasnya pasti pusing mi sakit kepalanya kalau sakit begitu kepalanya berhenti mi kerja tugas kak dan na lanjut mian game dan apalagi kalau tugas matematika ada tugasnya tidak na kerja mi itu kak na tunggu saja temannya siapa yang selesai dan na lihat punyaanya temannya kak.” (WWC03/160222/MF/S)

Adapun hasil wawancara dengan konseli berinisial WW mengenai faktor intenal yaitu kontrol tidak mampu mengatur prioritas. Berdasarkan hasil wawancara dengan WW bahwa prioritasnya untuk bermain game online yang menyebabkan WW melupakan mengerjakan tugas sekolah. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena kalau main *game online* ma kak pasti lebih fokus ke game ka dan kulupa mi ternyata ada tugas ku yang di berikan sama guru jadi kulupa mi itu kak kalau main *game online* ma, dan kalau ada tugas yang tidak ku suka kak sepeti tugas matematika tidak ku kerja mi itu kak karena biar mau ku jawab tidak ku tahu kecuali nyontek ka hahaha, kalau tidak ku tahu mi itu nyontek ka sama temanku.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh ibu WW yang berinisial DA. Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu WW yang berinisial DA bahwa WW tidak mengerjakan tugas sekolahnya karena bermain game online yang paling diutamakan dan sering dilakukan. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena itu mi nak main game ji na tahu, paginya pi baru i na ingat bilang ada tugas yang dikasih kan gurunya, dan bagaiman juga caranya mau na kerja tugasnya nak kalau kalau main game mi tidak mau di ganggu jadi kalau main mi ini pasti ke kamarnya kulihat, dan kalau disuruhmi belajar atau kerja tugasnya pasti marah-marrah atau pura-pura tidak mendengar apa yang di bilang apa lagi pada saat main game i tambah malah tidak peduli dan tidak mau di ganggu pada saat main game i.” (WWC06/150222/DA/OT)

Hal itu juga disampaikan sahabat WW yaitu AT. Berdasarkan hasil wawancara dengan sahabat WW yaitu AT bahwa WW selalu menunda mengerjakan tugas sekolah karena bermain game online yang dimainkan terus-

menerus. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena kalau di dalam game mi kak na lupa mi makin keasikannya mian game kak dan ku tegur ji bilang kerja tugas mi lewat WA kak tapi responnya dia bilang sebentarpi jadi kalau kalau selesai mi main game tidurmi baru paginya baru dia ingat kak baru pa distu na WA minta jawabannya dari tugasnya. Dan paginya pi baru sibuk karena baru na ingat bilang ada tugasnya jadi biasa itu paginya pi kak baru na telfon ka atau na chat ka minta jawaban di saya kak.” (WWC07/180222/AT/S)

5. Lingkungan yang kurang terkontrol

Hal ini berkaitan dengan kondisi yang ada di sekitar MKS dan WW bahwa ada hal-hal yang membuatnya tidak mengerjakan tugas sekolah dan tugas sekolahnya juga terhambat seperti sering diajak bermain *game online* oleh teman sebayanya sehingga hal-hal yang berkaitan dengan tugas sekolah pun terhambat dan tertunda.

Berdasarkan hasil wawancara dengan konseli berinisial MKS bahwa Adanya faktor dari teman sebayanya untuk bermain game online bersama sehingga MKS juga ikut bermain game online. Berikut kutipan wawancaranya:

“Karena saya kan cepat bosan mengerjakan tugas yang tidak ku tahu apalagi kalau tugas matematika yang ku kerjakan terus tambah malas ma kak bukan ji hanya saya, tapi teman-teman juga ka suka mengeluh soal metode pembelajaran yang monoton apalagi saya yang orangnya tidak terlalu suka sama tugas matematika yang di berikan , baru saya juga kalau malas begitu ma tidak terlalu ku perhatikan ji guru yang menjelaskan ka kak. Baru na ajakma juga temanku juga terus main *game online* kak jadi ikutma juga main kak. (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh sahabat MKS yang berinisial MF. Berdasarkan hasil wawancara dengan sahabat MKS yaitu MF bahwa Kurangnya pemahaman MKS dalam pembelajaran berlangsung membuatnya tidak mengerti pada pembelajaran sehingga pada saat tugas sekolah diberikan MKS memilih bermain game online yang membuatnya tidak bosan. Berikut kutipan wawancara dengan

peneliti:

“Karena dari dulu ji malas belajar kak dan kalau mata pelajaran matematika begitu-begituji caranya menjelaskan baru ini MKS tidak terlalu na perhatikan ji apa yang na bilang guru menjelaskan kak. Dan kalau soal pelajaran yang cara menjelaskannya itu-itu saja pasti cepat i bosan kak apalagi pembejarian online baru begitu ji caranya menjelaskan yang membosankan pasti cepat sekali ki bosan dan MKS cepat ki stres juga kak klau pelajaran yang membosankan begitu baru harus ki bisa pahami karena gurunya juga killer kak. Kalau na kasi miki tugas tidak tahu mi juga kerja i, jenuhmi juga kak main game miki sama-sama, ada mi juga mengajak beh langsung miki main *game online* kak.” (WWC03/160222/MF/S)

Adapun hasil wawancara mengenai faktor eksternal yaitu lingkungan dengan konseli berinisial WW. Berdasarkan hasil wawancara dengan konseli berinisial WW bahwa Bermain game online sebagai pelarian ketika WW tidak mengerti dan tidak bisa mengerjakan tugas sekolah. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena siapa yang tidak bosan kalau yang di berikan metode pembelajaran itu- itu saja seperti caranya mengajar menjelaskan begitu-begitu saja tidak ada perubahan dan bukan ji hanya saya yang mengeluh kak teman-teman ku yang lain juga merasa seperti saya dan saya juga cepat ka malas kalau metode seperti tidak ada seru-serunya jadi saya dan teman-teman kelas ku merasa bosan mendengarkan juga apalagi pembelajaran online tugas-tugas ji saja dia kasih, bagus itu kalau pernah ji na jelaskan kak, terus belum pi juga jaringan jelek tidak kedengaran pas menjelaskan, jadi kalau begitu mi itu tidak peduli ma sama tugasnya dan lebih main baik main game ka saja apalagi na ajakma juga temanku main kak ku matikan kameranya kak. Tapi itu kak pas nakasi miki tugas dan tidak tahu ma jawabannya juga” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh sahabat WW yang berinisial AT. Berdasarkan hasil wawancara dengan sahabat WW yang berinisial AT bahwa WW mengabaikan tugas sekolah dan tidak mengerjakan tugas sekolah tersebut sehingga membuat WW bermain game online sebagai penghilang jenuh. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Karena dia orangnya saja kak tidak terlalu peduli ji sama tugasnya kak jadi kalau jenuh bosan na rasa sama materi pelajaran apalagi pelajaran matematika tidak na tahu juga cara kerjanya. Lalu kalau adami ajakan main game pasti ikutmi juga main *game online* kak, kalau sementara sudah mi dikasi ki tugas sama guru. Kalau tidak na tahu kerja i kak menyontekji, seperti saya juga begitu ka kak.” (WWC07/180222/AT/S)

6. Kurang memiliki Hubungan Sosial yang baik

Berkaitan dengan faktor eksternal yaitu hubungan sosial ini MKS dan WW mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya seperti orang tua, saudara, dan sahabat dekatnya mengenai proses pembelajaran dan orang tua mereka juga menegur agar tidak secara terus-menerus bermain *game online* agar pembelajarannya tidak terganggu.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa dukungan dari orang tua MKS untuk lebih giat untuk memperoleh nilai yang bagus di sekolah dan mengerti pembelajaran di sekolah, tetapi MKS tidak suka dengan cara dipaksa untuk belajar. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti.

“Saat pandemi yang sekarang pembelajaran itu online atau belajar di rumah dan dukungan yang dapatkan itu dari orang tua ku kak. Dari orang tua yang dukung saya saat proses pembelajaran dibilang ke saya, nak sekarang itu jamannya semua online jadi mulai dari sekarang kau harus giat lagi belajar dan kurang-kurangi juga main *game online* mu karna kalau kau main game terus tidak akan fokus ko itu sama pelajaran mu nak. Itu kak dukungan dari orang tua ku kak. Tapi itu kak tidak fokusma mengerjakan tugas karena saya tidak bisa ka di paksa untuk belajar” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh orang tua MKS yang berinisial SM. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua MKS yang bernisial SM bahwa Dukungan dan dorongan yang diberikan orang tua MKS pada proses pembelajarannya dan mengarahkan MKS untuk tidak sering bermain game online. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Saya selalu suruh dia untuk belajar dan luangkan waktunya untuk belajar jangan selalu main game terus dia kerja. Karena itu anak kalau terlanjur main game mi tidak na ingat kegiatan lainnya biar makan juga tidak teraturmi. Jadi saya sama bapaknya sering kasi dukungan ke MKS dalam pembelajarannya. Dan kalau ada tidak na tahu diajari juga. Dia itu kalau mulai mi pembelajaran, malas-malasan kulihat jadi saya sama bapaknya sering ka bilang kalau belajar itu jangan malas kalau semangat ki belajar pasti tidak bosan dalam belajar jadi harus lebih giat belajar lagi.” (WWC02/140222/SM/OT)

Hal itu juga disampaikan oleh sahabat MKS yang berinisial MF.

Berdasarkan hasil wawancara dengan sahabat MKS yang berinisial MF bahwa Dukungan yang diberikan oleh sahabatnya untuk berprestasi dalam belajar dan lebih rajin mengerjakan tugas sekolahnya, dan tidak sering main game online.

Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Saya sebagai sahabatnya saya dukung teman ku kak untuk rajin belajar supaya tidak na tunda tunda kerjakan tugasnya, jangan pas dekat pi mau dikumpul baru mau dikerja. Tapi kebiasaannya mi susah mi di ubah juga tapi semoga dari main gamenya yang kegiatannya setiap hari itu main game ka semoga lah ini kebiasaannya bisa menghasilkan kak.” (WWC03/160222/MF/S)

Adapun hasil wawancara mengenai faktor eksternal yaitu hubungan sosial dengan konseli berinisial WW. Berdasarkan hasil wawancara dengan konseli yang berinisial WW bahwa dukungan dari orang tua WW dalam proses pembelajarannya di sekolah serta peran kakak WW membantu untuk mengerjakan tugas sekolahnya agar WW bisa memahami. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Saat pembelajaran dari rumah yang dukung saya ka yaitu orang tua dan kakak ku kak. Apalagi Kakak ku yang sering bantuka mengerjakan tugas yang saya tidak mengerti kak dan bapak ku kadang na bantu ka juga kalau mama saya dukung saya ceramahnya kak dia bilang kalau sekolah itu harus serius jangan main game terus supaya dapat ko peringkat di sekolah, itu we juga kak saya kalau mauka belajar tidak bisa ka di ganggu karena dirumahku ada anak kecil dan tidak bisaka juga di paksa jadi keluarma itu

biasa sama temanku haha. Jadi yang bantu saya atau yang dukung saya kak yaitu bapak, mama dan kakak saya kak.” (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh orang tua WW yang berinisial DA. Berdasarkan hasil wawancara oleh orang tua WW yang berinisial DA bahwa kurangnya pemahaman WW dengan tugas sekolah yang diberikan sehingga yang membantu WW mengerjakan tugas sekolah yang diberikan yaitu kakaknya sehingga tugas sekolah WW bisa tidak tertunda untuk dikerjakan. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Waktu belajar di rumah online i jadi kakaknya biasa na bantu i kerja tugasnya atau ada yang tidak na tahu di pelajarannya dan biasa juga ada kakak sepupunya bantu kerja tugas yang tidak na mengerti nak. Dan saya itu ku kasi tahu i saja bilangka rajin belajar supaya dapat nilai yang bagus, itu kakaknya sering ji bantui kerja tugas atau ada tugas ada yang tidak dia tahu dibantu i. Ku kasi tahu juga jangan main game terus yang dikerja karena itu yang buat malas jadi sekarang harus rajin belajar kalau ada tidak di mengerti ada ji kakak ta yang ajar. Itu yang kukasi tahukan i itu kalau malas belajar sama kerja tugas sekolahnya.” (WWC06/150222/DA/OT)

Hal itu juga disampaikan oleh sahabat WW yang berinisial AT. Berdasarkan hasil wawancara dengan sahabat WW yang berinisial AT bahwa dukungan yang diberikan untuk WW dengan mengingatkan mengerjakan tugas sekolah dan memberikan semangat mengerjakan tugas sekolahnya dan tidak malas dibandingkan bermain game online. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Saat pembelajaran di rumah kak dia semakin malas dan lebih bosan kak jadi saya kak beri dukungan ke dia yaitu kerumahnya ka pergi kerja tugas sama-sama dan dia juga kak kalau dirumahnya itu kalau bukan main game pasti tidur i kak. Jadi itu datang ka dirumahnya ingatkan i bilang ada tugas ta baru di kerja sama-sama tugasnya jangan selalu main *game online* mubukin. Jadi ku dukung terus ini temanku kak dalam hal belajar dan apalagi pembelajaran online kak tambah malas mi na kerja tugasnya. Itumi

kak datang ka di rumahnya dukung atau ku temani belajar supaya semangat lagi.” (WWC07/180222/AT/S)

7. Harapan Orang Tua yang Melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan

Orang tua MKS dan WW sangat mengharapkan bahwa mereka lebih rajin dan giat belajar tidak selalu terus-menerus bermain *game online* agar mendapatkan peringkat di kelas yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara Dorongan dari orang tua untuk mengarahkan MKS untuk mengikuti les/bimbingan pada mata pelajaran matematika yang membuat MKS merasa tidak nyaman dengan paksaan. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Tanggapan dari orang tua saya kak dengan cara na ingatkan terus belajar supaya bagus nilai ku di sekolah dan jangan terlalu sering main game agar dapat peringkat di kelas dan usahakan juga harus mementingkan sekolah dari pada main *game online*.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

“Orang tua ku na suruhka untuk masuk les bimbingan begitu kak, karena selalu rendah di pelajaran hitung-hitung kak, jadi na suruh ka mama ku untuk ambil les matematika karena rendah nilai ku tapi sejujurnya kak malas ka ikut-ikut les begituan ka karena tidak terlalu bisa ka kalau soal pelajaran matematika sakit kepala lu hitungan tapi mama ku na paksa terus ka ikut les baru saya kak tidak ku suka kalau di paksa-paksa ka apalagi yang tidak ku suka jadi kalau na suruh maka itu ambil les matematika pasti banyak alasan ku supaya tidak ikut ka les yang na suruhkan ka mama ku kak. Lebih ku sukaji main game kak sudah menjadi kesenangan.” (WWC01/080222/MKS/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh orang tua MKS yang berinisial SM.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua MKS yang berinisial SM bahwa mengingatkan MKS untuk belajar dan mengarahkan untuk mengikuti les/bimbingan agar mendapatkan prestasi dan nilai yang bagus di kelas, serta tidak memainkan game online secara terus-menerus. Berikut kutipan wawancara

dengan peneliti:

“Dengan cara saya selalu ingatkan dia untuk terus belajar supaya bagus nilainya di sekolah dan harus lebih memetingkan sekolahnya dari pada main game agar mendapatkan nilai yang tinggi di sekolah, jangan lupa harus lebih giat lagi belajarnya dan harus lebih semangat lagi belajar agar mendapat peringkat yang tinggi di sekolah.” (WWC02/140222/SM/OT)

“Karena itu anak makin sering main game turun nilainya, paling rendah yang matematika dan dia kurang sekali di pelajaran hitungan sampai pernah itu gurunya na hubungika jadi ku suruh i ambil kursus terutama matematika tapi itu anak tidak mau ikut les matematika padahal ada mi sudah ku daftarkan tapi tidak pernah mau ikut lesnya kalau ku suruhmi itu pergi les pasti banyak alasannya supaya tidak pergi les, padahal demi kebbaikannya ji untuk bisa ikut les matematika karena setiap keluar nilainya raportnya pasti yang paling rendah matematikanya jadi ada niat ku mau ku kasih masuk les matematika supaya bagus nilainya di sekolah tapi dia sering menghindar, game-game mi saja na bikin. Setiap ku suruh pergi les nak banyak alasannya nak. (WWC02/140222/SM/OT)

Adapun hasil wawancara mengenai faktor eksternal yaitu harapan orang tua dengan konseli berinisial WW.

Berdasarkan hasil wawancara dengan konseli yang berinisial WW bahwa Dorongan dan perhatian dari orang tuanya untuk mengarahkan WW belajar yang diajarkan oleh kakaknya agar mendapatkan nilai yang bagus di sekolah, WW juga diarahkan untuk berhenti memainkan game online agar dapat memaksimalkan waktu belajar dengan baik. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Kalau orang tuaku kak na suruhka belajar dengan rajin supaya bisa dapat peringkat di kelas dan berhentimi itu main game-game. Kakak ku juga kak na perhatikan sekali kak kalau yang berhubungan sama pembelajaran di sekolah.” (WWC05/090222/WW/Ko)

“Begini kak kan saya orangnya itu kalau soal belajar malas ka kak lebih suka ka main *game online* dari pada belajar dan gara-gara malas ku itu belajar kak nilai ku jelek kak, baru tidak sengaja mama ku na lihat nilai ku dan na tahu mi disitu bilang jelak nilai ku bagian pembelajaran matematika apalagi pernah di telpon sama guru ku di sekolah karena tidak ku perbaiki nilaiku kak, jadi mama ku na suruh ji ka untuk belajar sama kakak ku kak tidak na kasi kursusja tapi samaji ku bilang itu kursus

kak karena adaji kakakku na tahu kalau matematika, dari situ mi itu kak mulai maka malas ka karena gara-gara itu waktu main game kurang dan timku juga kak semenjak sering ka belajar sama kakak ku jarang maka latihan sama teman tim ku kak jadi biasa itu sering maka bohong sama orang tua bilang ada tugas kelompok demi untuk hindari ini belajar sama kakak ku kak”. (WWC05/090222/WW/Ko)

Hal itu juga diperkuat oleh orang tua WW yang berinisial DA.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua WW yang berinisial DA bahwa WW diarahkan untuk tidak bermain game online terus karena berpengaruh pada nilai mata plajarannya di sekolah, dengan belajar dengan kakaknya orang tua WW berharap agar nilai mata pelajarannya dapat meningkat dan bagus. Berikut kutipan wawancara dengan peneliti:

“Dengan cara sering saya ingatkan belajar jangan main game terus tu lihat itu sepupumu dapat rangking masa mau di kalah. Jadi dengan harus ka lebih lebih perhatikan belajarnya atau di awasi sama bapaknya sama ada juga kakaknya yang ajar i terus supaya bisa cepat mengerti pelajaran yang di kasihkan sama gurunya dan dapat juga nilai yang bagus dan semoga dapat peringkat yang tinggi di kelasnya nak.” (WWC06/150222/DA/OT)

“Karena itu anak nilainya kulihat nilainya di sekolah menurun nilai matematikanya, pernah juga na telponka gurunya di sekolah. Jadi saya suruh saja untuk belajar sama kakaknya, tidak kusuruh ji ikut kursus karena na tahu tahu kakaknya kalau pelajaran hitung-hitung apalagi matematika. Jadi di kakaknya saja belajar kuperhatikan mi juga disitu. Tapi kadang mi juga malas i pergi keluar sama temannya. (WWC06/150222/DA/OT)

Tabel 4.3 Faktor Penyebab Timbulnya Kecanduan *Game online* pada

Subjek MKS

Faktor	Aspek	Deskripsi Hasil	Keterangan
Internal	Keinginan yang kuat untuk memperoleh nilai tinggi dalam <i>game online</i>	Bahwa tujuan dari bermain game online itu bagi MKS untuk meningkatkan prestasi dalam bermain game online agar dirinya mencapai target yang diinginkan dan berada pada posisi teratas	

		dibandingkan dengan lawan mainnya.
	Rasa bosan yang dirasakan konseli ketika belajar dari rumah	Bermain game online bagi MKS bisa menghilangkan rasa bosan dan membuat dirinya bersemangat apalagi bermain game online bersama temannya.
	Kurangnya <i>self control</i> dalam diri remaja	Bahwa bermain game online PUBG yang sering dilakukan MKS yang akibatnya kurangnya kontrol diri untuk bermain game online
	Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya	Bahwa MKS tidak mengerjakan tugas sekolah dan lebih memilih bermain game online sebagai prioritas
Eksternal	lingkungan yang kurang terkontrol	Adanya faktor dari teman sebayanya untuk bermain game online bersama sehingga MKS juga ikut bermain game online.
	Kurang memiliki hubungan sosial yang baik	Dukungan dari orang tua MKS untuk lebih giat untuk memperoleh nilai yang bagus di sekolah dan mengerti pembelajaran di sekolah, tetapi MKS tidak suka dengan cara dipaksa untuk belajar.
	Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan	Dorongan dari orang tua untuk mengarahkan MKS untuk mengikuti les/bimbingan pada mata pelajaran matematika yang membuat MKS merasa tidak nyaman dengan paksaan

Tabel 4.4 Faktor Penyebab Timbulnya Kecanduan *Game online* pada

Subjek WW

Faktor	Aspek	Deskripsi Hasil	Keterangan
Internal	Keinginan yang kuat untuk memperoleh nilai tinggi dalam <i>game online</i>	Bahwa WW meningkatkan nilai tertinggi dan poin dalam bermain game online yang menyebabkan WW bermain game online secara terus-menerus.	

	Rasa bosan yang dirasakan konseli ketika belajar dari rumah	Bermain game online yang dilakukan WW sudah dari dulu dan sampai saat ini sudah jadi kebiasaan yang mengakibatkan WW bermain game online sampai larut malam.
	Kurangnya <i>self control</i> dalam diri remaja	WW tidak bisa mengendalikan dan mengontrol dirinya untuk bermain game online dikarenakan sehingga sering main game online.
	Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya	Prioritasnya untuk bermain game online yang menyebabkan WW melupakan mengerjakan tugas sekolah.
Eksternal	Lingkungan yang kurang terkontrol	Bermain game online sebagai pelarian ketika WW tidak mengerti dan tidak bisa mengerjakan tugas sekolah.
	Kurang memiliki hubungan sosial yang baik	Dukungan dari orang tua WW dalam proses pembelajarannya di sekolah serta peran kakak WW membantu untuk mengerjakan tugas sekolahnya agar WW bisa memahami.
	Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan	Dorongan dan perhatian dari orang tuanya untuk mengarahkan WW belajar yang diajarkan oleh kakaknya agar mendapatkan nilai yang bagus di sekolah, WW juga diarahkan untuk berhenti memainkan game online agar dapat memaksimalkan waktu belajar dengan baik.

C. Penanganan Kecenderungan Kecanduan *Game online* Menggunakan **Self Management**

Berdasarkan uraian-uraian mengenai kecanduan *game online* yang dialami MKS dan WW, maka dapat dilihat bahwa kecanduan *game online* tersebut diakibatkan adanya kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan, kurang waktu tidur dikarenakan sering begadang bermain *game online*, makan yang tidak

teratur atau sering terlambat makan, berkurangnya konsentrasinya pada saat belajar, dan tugas sekolahnya pun terhambat dan sering menundanya dikarenakan bermain *game online* secara terus menerus dengan durasi waktu 5 sampai 9 jam sehari, intensitas waktu 2 sampai 3 kali sehari MKS memainkannya siang sore dan malam sedangkan WW memainkannya siang, malam sampai subuh. Dan frekuensi waktu 1 pekan secara langsung mengakibatkan kecanduan *game online* pada siswa.

Oleh karena itu peneliti menawarkan alternatif penanganan dengan mengubah perilaku siswa tersebut agar dapat mengatur dan mengendalikan dirinya sendiri dengan menggunakan teknik self management. Siswa yang mengalami kecanduan *game online* memiliki masalah yang siswa tersebut tidak bisa mengubah atau mengendalikannya, dalam pengentasan masalahnya dilakukan sebuah proses konseling yang berkaitan dengan perubahan cara menafsirkan suatu peristiwa dan memaknai peristiwa tersebut, untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online* pada siswa cara yang dapat dilakukan dengan memberikan teknik Self Management.

Teknik Self Management akan mengubah perilaku pada individu agar dapat mengatur dan mengendalikan dirinya sendiri, serta dapat sebagai pengelolaan diri yang dilakukan oleh konseli dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri tanpa paksaan orang lain. Teknik self management juga mendorong individu itu sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk hal hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi

kehidupan agar lebih sempurna.

Pada penelitaian ini peneliti menggunakan metode studi kasus untuk memahami dan menangani permasalahan yang dialami oleh MKS dan WW. Pelaksanaan penelitian dengan teknik self management dalam mengurangi kecanduan *game online* yang dilaksanakan dalam 3 tahap, yaitu:

Hasil wawancara dengan siswa yang berinisial MKS:

a. Pertemuan pertama : Tahap monitor diri

Penerapan teknik self management yang diberikan pada tanggal 23 Februari 2022 yang berinisial MKS berlangsung selama 4 kali pertemuan. Pada tahap ini peneliti meminta siswa untuk membuat rancangan target yang ingin dicapai dan cara untuk mencapainya. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini dek?

K'li : Alhamdulillah baik kak.

K'lor : Sudah lama miki memang suka main game?

K'li : Iye kak lama mi kalau game dari SD

K'lor : Sebelumnya kan sudah wawancara dengan kita mengenai waktu yang kita gunakan main *game online*. Nah yang itu lama juga karena 5-9 jam sehari. Menurut ta apakah perilaku ta saat ini baik atau buruk?

K'li : Menurutku kak itu perilaku ku bermain *game online* waktu yang lama tidak baik kak karena malas ka kerjakan tugas ku.

K'lor : Kalau seperti itu dampak kedepannya untuk kita bagaimana kalau kita begitu terus?

K'li : Dampaknya itu kak kurangnya waktu tidur dan tidak fokus belajar.

K'lor : Jadi kedepannya ini mauki ubah perilaku ta jadi lebih baik kan.

K'li : Iye kak.

K'lor : Baiklah, sebelumnya saya akan meminta kamu untuk membuat target yang ingin kamu capai agar kamu tidak kecanduan *game online*.

K'li : Iye kak main game terus ku kerja sampai begadangka. Target ku itu kak yang mau ku capai mauka lebih banyak kegiatanku yang lebih penting selain game, lebih teratur tidur ku kak tidak begadang lagi, lebih teratur juga makan ku kak, lebih berkonsentrasi dalam belajar, dan tidak tertunda dan terhambat mi lagi tugas sekolah ku kak.

K'lor : Iye dek, semoga teknik ini bisa mengurangi kecanduan *game online* yang MKS rasakan. Jadi itu perilaku yang kita sebutkan tadi yang mau diubah dek?

K'li : Iye kak karena tidak bisaka lakukan aktivitas dengan baik dan itu juga tugas sekolah ku tidak ku kerja karena selalu ka main *game online* kak.

(Konseling pada tanggal 23 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor mengarahkan konseli untuk membuat target yang ingin dicapai agar dapat mengatasi masalah kecanduan *game online* konseli. Setelah menjelaskan tujuan kegiatan. Konselor memberikan tugas kepada konseli. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Dari pernyataan ta target yang ingin dicapai dalam bermain *game online*, hal itu memang harus dilakukan untuk mengendalikan diri ta dalam bermain *game online*. Karena menurut saya itu sangat merugikan diri ta apalagi sampai tugas sekolahta juga tidak dikerjakan.

K'li : Iye kak itumi susahka kontrol diriku tidak main game, kalau buka maka hp ku buka mi juga ini game PUBG.

K'lor : Maka dari itu ada lembar kerja yang saya berikan, disitu kita tulis target yang ingin dicapai yang dirasa kurang supaya lebih terarah lagi. Setiap pertemuan dikumpul

K'li : Iye siap kak.

(Konseling pada tanggal 23 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor memberikan lembar kerja kepada konseli dan dikumpul setiap pertemuan. Setelah memberikan lembar kerja konselor mengarahkan konseli untuk dapat mengontrol diri dalam bermain *game online*. Konselor mengarahkan untuk mengontrol diri konseli untuk bermain *game online* Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Sebelumnya pernah maki wawancara kalau durasi waktu bermain *game online* ki itu 5-9 jam sehari. Jadi mau saya arahkan ki untuk kontrol diri ta dalam bermain *game online* dalam sehari maksimal 4 jam dalam sehari.

K'li : Iye kak bisa karena mau sekaligus untuk bisa kendalikan diriku dari dulu begitu kak tapi tidak bisa. Tapi ini Insha Allah bisa kak.

K'lor : Kalau bisa maki itu kontrol diri ta 4 Jam, bisa ditingkatkan lagi 3 Jam.

Bagaimana bisa?

K'li : Iye kak siap

(Konseling pada tanggal 23 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor mengarahkan untuk mengontrol diri konseli untuk menggunakan bermain *game online*. Setelah

mengarahkan untuk mengontrol diri konseli untuk menggunakan bermain *game online*. Konselor mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain *game online*. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Sebelumnya ada target yang kita sebut itu kalau tugas sekolah ta terhambat dan sering ditunda. Menurut ku haruski lebih rajin dan giat kerja tugas sekolah ta karena itu penting, karena kalau misalnya tiba mi di kumpul itu baru di suruh ki yang jelaskan darimana itu hasilnya. Kira-kira bisa jiki jawab i?

K'li : Tidak kak, karena itu malaska kerja tugas sekolah ku baru kuanggap hal biasami juga. Lebih senangka main *game online* daripada kerja tugas sekolahku jadi tertunda i kak,

K'lor : Nah yang itu yang harus dihilangkan supaya tidak malas maki kerja tugas sekolah ta, dan haruski juga rajin belajar.

K'li : Iye betul kak mau sekali ka begitu kak.

(Konseling pada tanggal 23 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain game. Setelah mengarahkan mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain game. Konselor mengingatkan kembali kepada konseli untuk mencatat dari perubahan perilakunya dalam waktu satu minggu dan kontrol diri dalam bermain *game online* karena konselor akan melihat apakah ada perubahan dari konseli Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Saya mau ingat kan untuk kita catat perilaku yang mau diubah atau

target yang ingin dicapai di lembar kerja dan kontrol diri ta dalam bermain *game online*. Dan akan saya lihat perubahannya minggu depan

K'li : Iye kak siap, semoga dengan ini teknik yang kita kasi ka bisa ka capai target yang ku mau kak.

K'lor : Iye Insha Allah dek. Sampai disini mi dulu pertemuan ta. Minggu depan kita ketemu lagi nah?

K'li : Iye kak kita kabarima saja tempatnya dimana ki mau ketemu

K'lor : Iye dek

(Konseling pada tanggal 23 Februari 2022)

Berdasarkan pertemuan pertama konselor menyampaikan hal-hal yang harus dilakukan konseli untuk mengendalikan dirinya mengurangi perilaku kecanduan *game online* yang dialami.

b. Pertemuan kedua : Tahap Evaluasi

Setelah seminggu berlalu. Konselor menemui konseli untuk mengevaluasi tugas yang diberikan kepada konseli. Kemudian konseli dengan konselor membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah diberikannya treatment. Pertemuan kedua ini pada tanggal 02 Maret 2022. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini?

K'li : Alhamdulillah baik kak

K'li : Oke dek, terima kasih sudah bisa hadir, sesuai kesepakatan minggu lalu, hari ini kita akan membandingkan tingkah laku ta sebelum dan sesudah diberikan treatment. Nah ada kemarin saya kasi ki lembar kerja.

K'lor : Iye kak.

(Konseling pada tanggal 02 Maret 2022)

Setelah konselor melihat lembar kerja dari konseli. Konselor meminta konseli untuk menjelaskan tingkah laku yang ingin dicapai konseli dengan tujuan mengevaluasi efektivitas teknik self management. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Jadi begini itu target yang mau kita capai seperti kurangnya aktivitas fisik yang kita lakukan, kurangnya waktu untuk tidur dikarenakan bermain *game online*, pola makan yang tidak teratur, kurangnya konsentrasi dalam belajar, dan tugas sekolah terhambat dan sering menundanya. Yang saya lihat di lembar kerja ta sepertinya masih sulit ki untuk capai target yang kita inginkan

K'li : Iye itumi kak kalau target pertama agak mulai ma bisa lakukan aktivitas penting lainnya seperti kerja tugas sekolah dan kubantu juga orang tua dirumah kak, masih sering ka juga begadang kak karena main game juga kak, dan pola makan mulaima mau makan teratur kak, kalau itu yang berkonsentrasi kak sulitka konsentrasi kak apalagi belajar dari rumah main game juga disitu kaka kalau bosanka kalau menjelaskanmi guru, sama itu juga kak tugas ku malaska kerjai main game terus ka. Itu mau sekali mi yang mau kuubah kak

K'lor : Kenapa bisa tidak bisaki kendalikan diri ta kalau main *game online* ki?

K'li : Susah sekalika kak, karena dari dulu memang senang dan ku suka main game apalagi yang tembak-tembak.

K'lor : Harus ki bisa kendalikan diri ta untuk bermain *game online* dari 5-9 jam

sehari supaya bisaki capai target yang kita inginkan. Sudah maki lakukan itu bermain *game online* dengan durasi waktu selama 4 Jam?

K'li : belum kak, Karena ada temanku ajak ka main kak jadi ikutka kak, kadangka tidak enakka menolak kalau naajakka main.

(Konseling pada tanggal 02 Maret 2022)

Setelah mengevaluasi diri konseli. Konselor menanyakan langkah apa yang akan ditempuh konseli untuk mencapai target apa yang telah di sepakati atau disebut *self contracting*. Yang dimana pada akhirnya pernyataan pada diri sendiri akan ada reward yang diberikan. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Untuk mengontrol diri ta dari bermain *game online* supaya bisaki capai juga targetta. Menurutta hal apa bisa kita lakukan?

K'li : Kalau saya kak semoga bisa ka lakukan i dengan pergika kerja tugas sekolah sama teman dan membatasi main hp.

K'lor : Jadi itu yang mau kita lakukan? Dengan syarat haruski konsisten juga

K'li : Iye kak Insha Allah

K'lor : Harus ki ubah kebiasaan ta itu dek yang selalu main game dengan durasi waktu 5-9 jam sehari supaya bisa ki capai keinginanta.

K'li : Iye kak bantuka nah

K'lor : Iye dek Insha Allah ku bimbingki sampai bisa. Harus ki bisa

K'li : Iye kak, saya coba kak.

(Konseling pada tanggal 02 Maret 2022)

Setelah konseli membuat pernyataan pada diri sendiri untuk mengendalikan dan mengontrol dari bermain *game online* untuk mencapai

targetnya maka konselor menutup pertemuan dengan pada hari ini.

c. Pertemuan ketiga : Tahap Evaluasi 2

Pada tanggal 08 Maret Konselor kembali bertemu dengan konseli dan mengevaluasi hasil dari perencanaan konseli. Konselor kembali melihat perkembangan yang dialami oleh konseli yang berinisial MKS. Konselor melihat lembar kerja dan menanyakan kepada konseli mengenai dirinya apakah sudah dapat mengontrol dirinya bermain *game online* dari 5-9 jam sehari menjadi 4 Jam.

Berikut petikan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini

K'li : Alhamdulillah baik kak

K'lor : Bagaimana dengan tugas rumah yang saya berikan ki?

K'li : Alhamdulillah kak sudah ada perubahan dari target yang kuinginkan kak.

Mulaima juga konsentrasi saat pembelajaran dari rumah kak carika tempat yang nyaman supaya tidak ada gangguan yang buat tidak fokus kak, pola makan ku juga sudah mulai teratur kembali kak, dan tugas sekolahku tidak kutunda mi lagi.

K'lor : Alhamdulillah kalau begitu, harus di tingkatkan lagi yah karena itu hal yang baik dek bisa mengurangi kecanduan *game online* ta yang selalu bermain game secara terus-menerus. Sudah juga saya lihat ini lembar kerja yang kita kasika ada perubahan daripada pertemuan sebelumnya

K'li : Iye kak, ku lakukan terus kak

(Konseling pada tanggal 08 Maret 2022)

Setelah melihat perubahan konseli dari lembar kerja yang diberikan.

Konselor kembali meminta konseli untuk memaparkan pernyataan diri yang telah dibuat konseli yang berinisial MKS untuk mengontrol diri dan mencapai target.

Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana dengan pernyataan diri yang kita buat minggu lalu? Kita lakukan ji?

K'li : Awalnya susah ka lakukan kak karena sedikit-sedikit na ajakka lagi temanku main game, tapi besoknya mulaimi ku tolak kak dan lebih fokus ka dengan pernyataan yang telah ku buat.

K'lor : Jadi bagaimana dek? Ada perubahan?

K'li : Alhamdulillah kak ada, karena kebetulan ada tugas sekolahku baru ku chat temanku jadi ku datangi dirumahnya dan sampaika dirumah kukontrol juga diriku untuk tidak main hp terutama main game kak, tapi sesekali ku cek hp ku kak siapa tau ada tugas.

K'lor : Alhamdulillah dek, bagus kan kalau lebih teratur begitu menurunkan juga kecanduan *game online* ta. Tugas sekolah ta juga dikerjakan mi. Harus selalu seperti itu nah dek.

K'li : Iye kak Insha Allah.

(Konseling pada tanggal 08 Maret 2022)

Setelah melihat perubahan konseli yang secara bertahap dari pernyataan diri. Konselor kembali meminta konseli untuk menjelaskan mengenai durasinya dalam bermain *game online* durasi 4-9 jam sehari, apakah sudah dapat dikontrol menjadi 4 jam dalam sehari atau tidak. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Masih ada satu lagi tugas yang saya berikan minggu lalu, mengenai diri

ta dalam bermain *game online*, apakah sudah bisa dikontrol menjadi 4 Jam?

K'li : Begini kak, susah sekalika juga pertama untuk sebentar sekali main *game online* apalagi 4 Jam ji kak seperti tidak ada rasanya hahaha. Tapi kan ada pernyataan diri yang kubuat sebelumnya kak, nah itu ku fokus i sering kerja tugas dirumah teman dan ku kurangi juga main hp kalau dirumah lebih lakukan ka hal-hal penting. Mmm... ada juga kak itu lembar kerja kita kasi ka, dari situmi mulai ka juga kontrol diriku main *game online* kak.

K'lor : Nah bagus itu dek Alhamdulillah. Jadi bagaimana perasaanta bisaki lakukan semua kegiatan dengan baik?

K'li : Alhamdulillah kak. Paling tidak bisa maka kontrol diriku dan lakukan hal lebih penting seperti kerja tugas sekolah sama tidur ku juga mulai teratur kak, makan ku juga kak teratur.

K'lor : Kalau begitu bagus harus ditingkatkan dek, jangan Cuma pas ini saja nah. Karena demi kebaikan ta ini. Bermain *game online* ta juga sudah menurun setidaknya durasi 4 Jam itu sudah cukup, pernyataan diri juga sudah dilakukan dengan baik, dan lembar kerjanya juga mencapai target yang diinginkan. Tingkatkan na dek minimal tidak lebih dari 3 jam luar biasa sekali maki.

K'li : Iye kak Insha Allah.

(Konseling pada tanggal 08 Maret 2022)

Berdasarkan pertemuan ketiga dalam tahap evaluasi yang kedua ini. Hasil

dari proses ini bahwa konseli yang berinisial MKS sudah mulai mengalami perubahan yang secara bertahap pada proses pemberian lembar kerja untuk mencapai target yang diinginkan, pernyataan diri yang dilakukan (self contracting), mengontrol diri untuk bermain *game online* dari durasi 5-9 jam sehari menjadi 3 Jam.

d. Pertemuan keempat : Tahap Penguatan, Penghapusan, dan Pemberian Hukuman

Setelah melakukan beberapa kali pertemuan dengan konseli dan mendapatkan hasil positif terhadap treatment yang dilaksanakan untuk mengurangi kecanduan *game online* yang dialami oleh konseli yang berinisial MKS. Pertemuan keempat ini dilaksanakan pada tanggal 13 Maret 2022. Pada tahap ini konselor meminta konseli untuk membandingkan perilaku yang dibuatnya setiap minggu dengan target perilaku yang dibuat sebelumnya. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini dek?

K'li : Alhamdulillah baik kak.

K'lor : Baiklah, kita sudah sampai di pertemuan terakhir. Coba kita dengan, hasil apa yang kita dapat selama?

K'li : Alhamdulillah kak, sudah bisa maka kontrol diriku untuk main *game online* tidak lebih dari 3 jam kak dalam sehari.

K'lor : Alhamdulillah dek, jadi apa progresnya dari itu?

K'li : Sekarang toh kak, lebih tercapai mi target yang ku catat waktu pertemuan pertama kak, seperti lebih rajin maka kerja tugas dan tidak ku tunda mi

untuk kerjakan, tidak larut malam ka tidur, pola makan ku juga sudah mulai teratur lagi kak, sama mulai maka juga lakukan aktivitas yang penting seperti prgika rumahnya temanku utuk kerjakan tugas sekolah dan kalau ada juga kerja kelompok kak rajin maka datang.

K'lor : Alhamdulillah dek. Apakah ada kendala-kendala selama ini?

K'li : Kalau kendala kak, ituji yang awalnya susah ka untuk bermain *game online* dengan target waktu 3 Jam dan susahka juga untuk kontrol diriku untuk tidak main game kak kalau tidak lama karena semakin selalu ki menang semakin mau ki lagi main game kak. Tapi lama-lama ku biasakan mi dan bisamaka kontrol diriku untuk bermain *game online* kak.

K'lor : Selamat nah dek karena bisa maki untuk kendalikan dan kontrol diri ta dan target yang diinginkan juga tercapai. Tetap pertahankan nah karena itu sebenarnya berasal dari kita sendiri ji dek.

K'li : Iye kak terima kasih

K'lor : Iye dek sama-sama.

(Konseling pada tanggal 13 Maret 2022)

Tiga puluh menit menjelang batas waktu (60 menit) peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kontrak diri apabila konseli tersebut kembali tidak dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* setelah pemberian treatment. Dalam hal ini konselor bekerja sama dengan orang tua konseli untuk mengingatkan apabila konseli masih bermain *game online* dalam waktu lebih dari 3 jam sehari. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Baiklah, karena kita telah menyelesaikan tahap ini, sebelumnya saya akan

meminta kamu untuk membuat kontrak diri, maksudnya buat ki pernyataan apabila bermain *game online* ki lagi dan tidak bisa ki kontrol sehingga bermain lebih dari 3 jam sehari maka pernyataan diri yang akan dipaparkan akan dilakukan dan dalam hal ini saya juga akan sampaikan ke orang tua ta untuk memantau dirumah. Bagaimana setuju?

K'lor : Iye kak siap

K'li : Silahkan sampaikan pernyataan dari diri atau perjanjian untuk mengurangi kecanduan *game online* ta dek.

K'lor : Kalau saya kak pernyataan ku mauka bantu-bantu dirumah kayak menyapu sama sama kerjaan rumah yang lain kak.

K'li : Iye dek bagus itu, jangan ki karena ada ini tetap ki tidak bisa kontrol diri ta juga. Kan kemarin berhasil maki kan baik kita rasa toh.

K'lor : Iye kak Alhamdulillah akhirnya bisa maka juga kontrol diriku main game kak. Dari dulu ka mau begitu kak tapi susah sekaligus kak. Baru dibimbingka juga sampai ku bisa kontrol dan kendalikan diriku kak main *game online* apalagi jaman sekarang pandemi kebanyakan dirumah ki nah itumi susah ki untuk kendalikan.

K'li : Alhamdulillah dek, tetap seperti nah pertahankan. Pesan ku lebih semangat ki belajar supaya hasil yang didapat juga bisa buat bangga orang tua jangan main game terus. Bisa main game tapi dikurangi jangan 4 jam sehari.

K'li : Iye kak semoga bisa ka terus pertahankan begini.

K'lor : Baiklah dek, saya rasa sampai disini sesi konseling ini. Alhamdulillah

tujuan ta juga sudah tercapai.

K'li : Iye kak terima kasih bimbingannya

K'lor : Iye dek sama-sama

(Konseling pada tanggal 13 Maret 2022)

Berdasarkan hasil wawancara di atas, disimpulkan bahwa dalam tahap ini teknik self management yang dilakukan ada ada 3 tahap Tahap monitor diri, tahap evaluasi, dan tahap penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman serta dilakukannya *self monitoring*, *self control*, *self contracting* dan *self reward*. Konseli yang berinisial MKS telah dapat mengurangi kecanduan *game online* yang dialaminya. Berikut uraian hasil konseling MKS.

Tabel 1.3 Pasca Intervensi

No.	Aspek Perilaku	Pasca Intervensi	Keterangan
1.	Kurangnya Aktivitas Fisik	MKS sudah melakukan aktivitas fisik penting lainnya seperti lebih rajin mengerjakan tugas sekolah dan membantu orang tua dirumah, sehingga MKS bisa mengendalikan dirinya bermain <i>game online</i> .	
2.	Kurang Waktu Tidur	MKS sudah tidak begadang lagi saat malam hari apalagi dikarenakan bermain <i>game online</i> . MKS sudah bisa mengatur waktu tidurnya.	
3.	Sering Terlambat Makan	MKS sudah dapat mengatur pola makannya saat ini. Dari yang sebelumnya sering terlambat makan apalagi pada saat bermain game MKS sering menghiraukan untuk makan hal itu disampaikan ibu MKS saat peneliti melakukan wawancara.	
4.	Kurangnya Konsentrasi Dalam Belajar	MKS sudah bisa berkonsentrasi kembali saat belajar, dan mencari tempat untuk belajar supaya terhindar dari gangguan-gangguan yang membuatnya tidak fokus	
5.	Tugas Sekolah Terhambat dan Sering	MKS sudah rajin mengerjakan tugas sekolah, jika ada tugas sekolah yang tidak MKS tahu jawabannya maka dia bertanya sama teman	

Menundanya sekolahnya. MKS juga tidak menunda tugas sekolahnya sehingga tugas sekolahnya tidak terhambat.

Hasil wawancara dengan siswa yang berinisial WW:

a. Pertemuan pertama : Tahap monitor diri

Penerapan teknik self management yang diberikan pada tanggal 24 Februari 2022 yang berinisial WW berlangsung selama 4 kali pertemuan. Pada tahap ini peneliti meminta siswa untuk membuat rancangan target yang ingin dicapai dan cara untuk mencapainya. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Assalamualaikum

K'li : Waalaikumsalam kak

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini dek?

K'li : Alhamdulillah baik kak.

K'lor : Kenapa bisa senang ki main *game online*?

K'li : Karena memang ku suka kak dari dulu seru apalagi permainan tembak-tembakan.

K'lor : Sejak kapan kita mulai main game kak?

K'li : Aduh lama sekali mi kak dari SD ja itu main game kak dan itu main *game online* karena temanku yang selalu ajak ka kak.

K'lor : Menurut kita dek apakah perilaku ta sekarang ini buruk atau tidak?

K'li : kalau menurut ku jelas mi itu perilaku yang buruk, tidak baik kak karena salah satunya membuat kita begadang.

K'lor : Apa dampaknya perilaku ta saat ini untuk kedepannya?

K'li : Kalau masih sering ka bermain *game online* 6-9 jam sehari kak bisa jadi

semua tugas sekolah ku tidak ku kerja kak karena lebih sering ka main *game online*.

K'lor : Jadi haruski ubah perilaku itu dengan baik dek.

K'li : Iye kak.

K'lor : Baiklah, sebelumnya saya akan meminta kamu untuk membuat target yang ingin kamu capai agar kamu tidak kecanduan *game online*.

K'li : Iye kak sebenarnya lama maka mau berhenti main game tapi itu terus ku kerja sampai begadang kak, tidak bisaka kontrol diriku. Target yang mau saya capai itu kak mauka lebih teratur lagi tidur ku dan kak tidak begadang karena sering sekali ma begadang karena main game, pola makan ku juga harus teratur, konsentrasi dalam belajar harus ditingkatkan lagi, mempunyai kegiatan yang penting selain game, dan tugas sekolah tidak terlambat dan tertunda lagi. Kurang lebih itu kak begitu seperti MKS begi tu juga, karena memang itu faktornya kenapa selalu ka main *game online* kak.

K'lor : Iye dek, semoga teknik ini bisa mengurangi kecanduan *game online* yang kita rasakan. Jadi itu perilaku yang kita sebutkan tadi yang mau diubah dek?

K'li : Iye kak. karena dengan keseringan ku main *game online* hal-hal yang lain tidak ku kerja ka kalau main game maka itu kak biar tugas ku tidak saya kerja makin keasikan main *game online* kak, maka dari itu mau ka kurangi waktu ku untuk main *game online*.

(Konseling pada tanggal 24 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor mengarahkan konseli untuk membuat target yang ingin dicapai agar dapat mengatasi masalah

kecanduan *game online* konseli. Setelah menjelaskan tujuan kegiatan. Konselor memberikan tugas kepada konseli. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Dari pernyataan ta target yang ingin dicapai dalam bermain *game online*, hal itu memang harus dilakukan untuk mengendalikan diri ta dalam bermain *game online*. Karena menurut saya itu sangat merugikan diri ta apalagi sampai tugas sekolahta juga tidak dikerjakan.

K'li : Itumi kak susahka kendalikan dan kontrol diriku untuk tidak main game, kalau ku buka mi hp ku refleks ka pasti buka game ku kak untuk main *game online*.

K'lor : Maka dari itu ada lembar kerja yang saya berikan, disitu kita tulis target yang ingin dicapai yang dirasa kurang supaya lebih terarah lagi. Setiap pertemuan dikumpul

K'li : Iye siap kak.

(Konseling pada tanggal 24 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor memberikan lembar kerja kepada konseli dan dikumpul setiap pertemuan. Setelah memberikan lembar kerja konselor mengarahkan konseli untuk dapat mengontrol diri (*self control*) dalam bermain *game online*. Konselor mengarahkan untuk mengontrol diri konseli untuk bermain *game online* Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Sebelumnya pernah maki wawancara kalau durasi waktu bermain *game online* ki itu 6-9 jam sehari. Jadi mau saya arahkan ki untuk kontrol diri ta dalam bermain *game online* dalam sehari maksimal 4 Jam dalam sehari.

K'li : Iye kak bisa karena mau sekalika kontrol diriku untuk main game dari dulu

begitu kak tapi tidak bisa.

K'lor : Kalau bisa maki itu kontrol diri ta 5 Jam, bisa ditingkatkan lagi 4 Jam.

Bagaimana bisa?

K'li : Iye kak siap

(Konseling pada tanggal 24 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor mengarahkan untuk mengontrol diri konseli untuk menggunakan bermain *game online*. Setelah mengarahkan untuk mengontrol diri konseli untuk menggunakan bermain *game online*. Konselor mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain *game online*. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Sebelumnya ada target yang kita sebut itu kalau tugas sekolah ta terhambat dan sering ditunda. Menurut ku haruski lebih rajin dan giat kerja tugas sekolah ta karena itu penting, karena kalau misalnya tiba mi di kumpul itu baru di suruh ki yang jelaskan darimana itu hasilnya. Kira-kira bisa jiki jawab i?

K'li : Tidak kak, karena tugas sekolah ku saja tidak tahu kerja apalagi mau ku jawab, tidak ku tahu jawabannya kak.

K'lor : Nah yang itu yang harus dihilangkan supaya rajinki kerja tugas ta dan bisa ki mengerti dengan tugas sekolahta

K'li : Iye kak mau sekali ka begitu kak.

(Konseling pada tanggal 24 Februari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas bahwa konselor mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain game.

Setelah mengarahkan mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain game. Konselor mengingatkan kembali kepada konseli untuk mencatat dari perubahan perilakunya dalam waktu satu minggu dan kontrol diri dalam bermain *game online* karena konselor akan melihat apakah ada perubahan dari konseli Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Saya mau ingat kan untuk kita catat perilaku yang mau diubah atau target yang ingin dicapai di lembar kerja dan kontrol diri ta dalam bermain *game online*. Dan akan saya lihat perubahannya minggu depan

K'li : Iye kak siap, mudah-mudahan ini teknik yang mau kita bantu ka bisa ka capai target ku kak.

K'lor : Iye Insha Allah dek. Sampai disini mi dulu pertemuan ta. Minggu depan kita ketemu lagi nah?

K'li : Iye kak kita kabarima saja kapan ki lagi bisa ketemu

K'lor : Iye dek

(Konseling pada tanggal 24 Februari 2022)

Berdasarkan pertemuan pertama konselor menyampaikan hal-hal yang harus dilakukan konseli untuk mengendalikan dirinya mengurangi perilaku kecanduan *game online* yang dialami.

b. Pertemuan kedua : Tahap Evaluasi

Setelah seminggu berlalu. Konselor menemui konseli untuk mengevaluasi tugas yang diberikan kepada konseli. Kemudian konseli dengan konselor membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah diberikannya treatment. Pertemuan kedua ini pada tanggal 03 Maret 2022. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini?

K'li : Alhamdulillah baik kak

K'li : Iye dek, terima kasih nah sudah bisa sempatkan waktunya, sesuai kesepakatan minggu lalu, hari ini kita akan membandingkan tingkah laku ta sebelum dan sesudah diberikan treatment. Nah ada kemarin saya kasi ki lembar kerja.

K'lor : Iye kak.

(Konseling pada tanggal 03 Maret 2022)

Setelah konselor melihat lembar kerja dari konseli. Konselor meminta konseli untuk menjelaskan tingkah laku yang ingin dicapai konseli dengan tujuan mengevaluasi efektivitas teknik self management. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Jadi begini itu target yang mau kita capai sama dengan MKS yah seperti kurangnya aktivitas fisik yang kita lakukan, kurangnya waktu untuk tidur dikarenakan bermain *game online*, pola makan yang tidak teratur, kurangnya konsentrasi dalam belajar, dan tugas sekolah terhambat dan sering menundanya. Yang saya lihat di lembar kerja ta sepertinya masih sulit ki untuk capai target yang kita inginkan

K'li : Iye kak, susah sekali ka untuk ubah kebiasaan ku karena memang keseharianku itu main *game online* ka kak maka dari itu kak mau sekaligus ini kurangi kak dengan bantuan teknik yang kita kasi ka.

K'lor : Kenapa bisa tidak bisaki kendalikan diri ta kalau main *game online* ki?

K'li : Karena dari dulu memang ku suka dengan game yang berperang dan tembak-tembakan, ini game ku mainkan PUBG kak.

K'lor : Harus ki bisa kendalikan diri ta untuk bermain *game online* dari 6-9 jam sehari supaya bisaki capai target yang kita inginkan. Sudah maki lakukan itu bermain *game online* dengan durasi waktu selama 5 jam dalam satu hari?

K'li : belum bisa paka kak, tapi selalu ada teman ku yang panggil dan ajakka untuk main kak karena lewat grup di WA ku lihat kak jadi otomatis bertambah lagi waktu ku kak main. Tapi hari selasa, rabu sama kamis bisaka main tidak lebih 5 jam karena bantu mamaku menjual di toko.

(Konseling pada tanggal 03 Maret 2022)

Setelah mengevaluasi diri konseli. Konselor menanyakan langkah apa yang akan ditempuh konseli untuk mencapai target apa yang telah di sepakati atau disebut *self contracting*. Yang dimana pada akhirnya pernyataan pada diri sendiri akan ada reward yang diberikan. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Untuk mengontrol diri ta dari bermain *game online* supaya bisaki capai juga targetta. Menurutta hal apa bisa kita lakukan?

K'li : Kalau saya kak semoga bisa ka lakukan i dengan ku bantu mamaku jualan kak karena ada kios dirumah kak dan lebih rajin ka untuk kerja kan tugas pergi bertanya sama teman kelas ku atau di kakak ku kak.

K'lor : Jadi itu yang mau kita lakukan? Dengan syarat haruski konsisten juga

K'li : Iye kak Insha Allah

K'lor : Kita tulis di buku harian ta juga nah

K'li : Iye kak

K'lor : Harus ki ubah kebiasaan ta itu dek selalu main game dengan durasi waktu

6-9 jam sehari supaya bisa ki capai keinginanta.

K'li : Iye kak semoga dengan ini bisa berkurang mi lagi kebiasaanku bermain game dengan waktu yang lama.

K'lor : Iye dek Insha Allah ku bimbingki sampai bisa. Harus ki bisa

K'li : Iye kak siap.

(Konseling pada tanggal 03 Maret 2022)

Setelah konseli membuat pernyataan pada diri sendiri untuk mengendalikan dan mengontrol dari bermain *game online* untuk mencapai targetnya Maka konselor menutup pertemuan dengan pada hari ini.

C. Pertemuan ketiga : Tahap Evaluasi 2

Pada tanggal 10 Maret Konselor kembali bertemu dengan konseli dan mengevaluasi hasil dari perencanaan konseli. Konselor kembali melihat perkembangan yang dialami oleh konseli yang berinisial WW. Konselor melihat lembar kerja dan menanyakan kepada konseli mengenai dirinya apakah sudah dapat mengontrol dirinya bermain *game online* dari 6-9 jam sehari menjadi 5 Jam sehari. Berikut petikan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini

K'li : Alhamdulillah baik kak

K'lor : Bagaimana dengan tugas rumah yang saya berikan ki?

K'li : Iye kak, dengan tugas rumah yang kita berikan sudah ada mi perubahan sedikit kak. Seperti sudah bisa maka lakukan aktivitas fisik kak misalnya ku bantu mama ku menjual di kios kak, membantu pekerjaan orang tua dan kakak dirumah, dan mengerjakan tugas sekolah kak. Mulai konsentrasi

dalam belajar kak karena sebelumnya bilang ka kalau ada gangguan dirumah suara anak kecil kalau sekarang saya yang menghindar kak cari tempat yang buat fokus, Tugas sekolah juga kalau dikasi ka kuusahakan mi juga tidak tertunda kak.

K'lor : Kalau pola makan sudah teratur dek? Karena pernah juga sebelumnya pernah ki bilang kalau makan ta tidak teratur karena selalu ki bermain *game online* secara terus-menerus.

K'li : Kalau itu kak mulai mi juga teratur kak pola makan ku Alhamdulillah.

K'lor : Alhamdulillah dek, kalau sudah ada perubahan biar karena untk mengubah perilaku untk kecanduan *game online* perlu waktu yang banyak dek jadi kita harus tingkatkan lagi untk merubah kebiasaan ta yang kecanduan *game online* yang menurunkan akademik ta di masa yang akan datang. Dan hasil saya lihat dari lembar kerja yang adek kasisakan ke saya sudah perubahan dari pada pertemuan sebelumnya.

K'li : Iye kak alhamdulillah, akan kulakukan terus agar merubah kecanduan *game online* ku kak.

(Konseling pada tanggal 10 Maret 2022)

Setelah melihat perubahan konseli dari lembar kerja yang diberikan. Konselor kembali meminta konseli untk memaparkan pernyataan diri yang telah dibuat konseli yang berinisial WW untk mengontol diri dan mencapai target. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana dengan pernyataan diri yang kita buat minggu lalu? Kita lakukan ji?

K'li : Iye sudah saya kerjakan kak, tapi yang kukerja sekarang kak sedikit-sedikit karena banyak teman ku kerumah na ajak ka lagi main game kak tapi bisa maka juga atur i kak ku kasi tahu sama teman ku untuk tidak gabung untuk main game karena berusaha ka ini untuk berubah dan lebih fokus dengan pernyataan yang saya buat kak.

K'lor : Jadi bagaimana dek? Ada perubahan?

K'li : Iye kak alhamdulillah, sudah ada mi perubaha yang rasakan kak seperti lebih fokus ka sama perkerjaan sekolah ku dan tidak terlalu memperhatikan hp ku kak dan bisa maka juga mengendalikan diri ku main *game online* kak.

K'lor : Alhamdulillah dek, kan lebih bagus kalau lebih teratur begitu menurunkan juga kecanduan *game online* ta. Harus selalu seperti itu nah dek.

K'li : Iye kak insya allah

(Konseling pada tanggal 10 Maret 2022)

Setelah melihat perubahan konseli yang secara bertahap dari pernyataan diri. Konselor kembali meminta konseli untuk menjelaskan mengenai durasinya dalam bermain *game online* durasi 6-9 jam sehari, apakah sudah dapat dikontrol menjadi 5 Jam dalam sehari atau tidak. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Masih ada satu lagi tugas yang saya berikan minggu lalu, mengenai diri ta dalam bermain *game online*, apakah sudah bisa dikontrol menjadi 5 Jam?

K'li : Kalau itu kak, masih susah kak karena banyak teman ku juga kerumah

ka untuk hanya bermain game dan kalau tidak sayaanggapi bakalan tidak enak ka juga kak jadi kalau pulang mi teman ku main *game online* kak , di saat itu juga berhenti maka main *game online* dan mulai maka fokus sama pernyataan yang kita kasih ka dan lebih fokus lagi belajar kak karena sudah mendekati ujian harian kak dan itu juga lembar yang kita kasih kak dan dari situ maka mulai fokus lagi belajar dan saya kurang-kurangi bermain *game online* agar bisa ka dapat i target ku untuk menghilangkan kecanduan bermain *game online* kak.

K'lor : Nah bagus itu dek. Jadi bagaimana perasaanta bisaki lakukan semua kegiatan dengan baik?

K'li : Begini kak seperti lebih bersemangat ka dalam keseharian ku kak semenjak ada ki kak yang bantuka untuk kontrol main *game online* ku di situ mi kak mulai maka kerja aktivitas yang lain kak seperti bantu ibu dan bapak kerja apa yang di suruhkan, mulaima kerja tugas ku kak, jarangma begadang juga, lalu pola makan ku juga kak mulai teratur, dan tidak pernah mi juga bapak dan mamaku marah-marah ke saya kak karena tidak terlalu fokus maka main game di rumah malah sering ka bantu bapak dan mamaku kak jualan, dan sekolah ku juga tugas-tugas yang di berikan sama guru juga sudah saya kerjakan kak.

K'lor : Kalau begitu bagus harus ditingkatkan dek, jangan saat ini saja nah. Karena demi kebaikan ta ini. Bermain *game online* ta juga sudah menurun setidaknya 5 jam, pernyataan diri juga sudah dilakukan dengan baik, dan lembar kerjanya juga mencapai target yang diinginkan. Jadi

siap maki turunkan i tidak lebih dari 4 Jam?

K'li : Iye kak. Siap semoga bisaka pertemuan selanjutnya lagi tidak lebih dari 4 jam

(Konseling pada tanggal 10 Maret 2022)

Berdasarkan pertemuan ketiga dalam tahap evaluasi yang kedua ini. Hasil dari proses ini bahwa konseli yang berinisial WW sudah mulai mengalami perubahan yang secara bertahap pada proses pemberian lembar kerja untuk mencapai target yang diinginkan, pernyataan diri yang dilakukan (self contracting), mengontrol diri untuk bermain *game online* dari durasi 5-9 jam sehari menjadi 5 Jam.

d. Pertemuan keempat : Tahap Penguatan, Penghapusan, dan Pemberian Hukuman

Setelah melakukan beberapa kali pertemuan dengan konseli dan mendapatkan hasil positif terhadap treatment yang dilaksanakan untuk mengurangi kecanduan *game online* yang dialami oleh konseli yang berinisial WW. Pertemuan keempat ini dilaksanakan pada tanggal 14 Maret 2022. Pada tahap ini konselor meminta konseli untuk membandingkan perilaku yang dibuatnya setiap minggu dengan target perilaku yang dibuat sebelumnya. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Bagaimana kabarnya hari ini dek?

K'li : Alhamdulillah baik kak.

K'lor : Baiklah, kita sudah sampai di pertemuan terakhir. Coba kita dengar, hasil apa yang kita dapat selama ini?

K'li : Alhamdulillah yang kita kasihkan lembar pernyataan kak, mulai mka bisa atur main game ku sedikit demi sedikit dalam sehari kak.

K'lor : Alhamdulillah dek, jadi apa progresnya dari itu?

K'li : Alhamudillah kak banyak mi kurasa perubahan kurasakan semenjak saya kurang-kurangi bermain *game online* kak seperti kerjaan sekolah yang di berikan sama guru mulai maka kerja-kerja walaupun itu susah pasti berusaha ka selesai kan tugasnya yang di berikan kak dan perebuahan yang kurasa di rumah mulai maka juga kak kalau di suruh sama orang tua kak pasti kulaksanakan kak dan jarang maka juga di marahi semenjak ketemuki pertama kali kak dan banyak mi juga bisa kulakuakn aktivitas-aktivitas yang jarang saya lakukan di rumah kak jadi semenjak itu mulai maka untuk fokus belajar dan belajar dan mengebuh kecanduan *game online* menjadi murid yang baik kak hahaha, tapi serius kak mau ka ubah memang sifat ku ini yang kebanyakan waktu hanya main game saja kak. Kemarin sudahka janji main game tidak lebih 4 jam nah berhasil maka kak.

K'lor : Alhamdulillah dek. Apakah ada kendala-kendala selama ini?

K'li : Kalau kendala-kendalanya yang saya hadapi to kak semenjak mulai mngurangi kegiatan main *game online* ku yaitu, awalnya memang susah kak karna serkel ku itu kebanyakan teman-teman ku main *game online* memang kak jadi awalnya susah ka tapi untuk demi menghilang kecanduan ku bermain *game online* harus ka bisa berusaha supaya bisa ka dapat target ku untuk berhenti main *game online* sebelum kuliah ka nanti

kak. tapi semenjak kita kak kontrol ka kasih ka nasehat terus-menerus saat itu mulai maka sadar dan yang kulakukan itu salah dan berusaha maka bisa menjauh dari *game online* sedikit demi sedikit dan alhamdulillah bisa mka kontrol diriku untuk bermain *game online* kak.

K'lor : Selamat nah dek karena bisa maki untuk kendalikan dan kontrol diri ta dan target yang diinginkan juga tercapai. Tetap pertahankan nah karena itu sebenarnya berasal dari kita sendiri ji dek.

K'li : Iye kak terima kasih banyak kak mungkin kalau tidak ketemu ki mungkin hancur mi waktu dan sekolah ku karna hanya untuk main game ji kak

K'lor : Iye dek sama-sama

(Konseling pada tanggal 14 Maret 2022)

Tiga puluh menit menjelang batas waktu (60 menit) peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kontrak diri atau *self contracting* apabila konseli tersebut kembali tidak dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* setelah pemberian treatment. Dalam hal ini konselor bekerja sama dengan orang tua konseli untuk mengingatkan apabila konseli masih bermain *game online* dalam waktu lebih dari 4 jam sehari. Berikut kutipan wawancaranya:

K'lor : Baiklah, karena kita telah menyelesaikan tahap ini, sebelumnya saya akan meminta kamu untuk membuat kontrak diri, maksudnya buat ki pernyataan apabila bermain *game online* ki lagi dan tidak bisa ki kontrol sehingga bermain lebih dari 4 jam sehari maka pernyataan diri yang akan dipaparkan akan dilakukan dan dalam hal ini saya juga akan sampaikan ke orang tua ta untuk memantau dirumah. Bagaimana setuju?

K'li : Iye kak siap

K'lor : Silahkan sampaikan pernyataan dari diri atau perjanjian untuk mengurangi kecanduan *game online* ta dek.

K'li : pernyataan yang saya mau kak yaitu tidak bermain hp dan tidak bermain game kecuali yang berhubungan dengan sekolah kak.

K'lor : Iye dek bagus itu, jangan ki karena ada ini tetap ki tidak bisa kontrol diri ta juga. Kan kemarin berhasil maki kan baik kita rasa toh.

K'li : Iye kak kak dengan bimbingan kakak akhirnya saya bisa kontrol diri ku kak yang sebelumnya itu terlalu fokus dengan *game onlinenya* kak dan sekarang dengan bimbingan kakak yang di berikan ke saya alhamdulillahnya bisa maka kontrol main game ku dan lebih menghargai waktu yang lebih berguna kak dan sekarang bisa maka kontrol diriku ka atas bantuan ta kak.

K'lor : Baguslah dek, tetap seperti nah pertahankan. Pesan ku lebih semangat ki belajar supaya hasil yang didapat juga bisa buat bangga orang tua jangan main game terus. Bisa main game tapi dikurangi jangan 4 jam sehari.

K'li : Iye kak semoga bisa jika pertahankan terus kak

K'lor : Baiklah dek, saya rasa sampai disini sesi konseling ini. Alhamdulillah tujuan ta juga sudah tercapai.

K'li : Iye kak terima kasih banyak atas bimbingannya

K'lor : Iye dek sama-sama

(Konseling pada tanggal 14 Maret 2022)

Berdasarkan hasil wawancara di atas, disimpulkan bahwa dalam tahap ini

teknik self management yang dilakukan ada ada 3 tahap Tahap monitor diri, tahap evaluasi, dan tahap penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman serta dilakukannya *self monitoring*, *self control*, *self contracting* dan *self reward*. Konseli yang berinisial WW telah dapat mengurangi kecanduan *game online* yang dialaminya. Berikut uraian hasil konseling WW.

Tabel 1.4 Tabel Pasa Intervensi

No.	Aspek Perilaku	Pasca Intervensi	Keterangan
1.	Kurangnya Aktivitas Fisik	WW telah melakukan aktivitas fisik seperti membantu ibunya berjualan di kios, membantu orang tua dan kakak di rumah, dan mengerjakan tugas sekolah. WW juga sudah bisa mengendalikan dirinya untuk bermain <i>game online</i> .	
2.	Kurang Waktu Tidur	WW sudah tidak begadang lagi karena dia sudah mengendalikan dan mengontrol dirinya untuk bermain <i>game online</i> .	
3.	Sering Terlambat Makan	Pola makan WW juga sudah teratur kembali, karena sebelumnya pola makan WW tidak teratur dikarenakan bermain <i>game online</i> secara terus-menerus.	
4.	Kurangnya Konsentrasi Dalam Belajar	WW mulai berkonsentrasi kembali dalam pembelajaran dari rumah dikarenakan dia menghindari dan memilih tempat yang terhindar gangguan atau suara-suara saat pembelajaran dari rumah berlangsung.	
5.	Tugas Sekolah Terhambat dan Sering Menundanya	WW menuturkan bahwa dia telah rajin mengerjakan tugas sekolahnya, tugas sekolahnya pun tidak ditunda untuk dikerjakan dan tidak terhambat.	

B. Pembahasan

Sesuai dengan hasil yang didapatkan, maka akan dibahas mengenai gambaran kecanduan *game online*, faktor penyebab kecanduan *game online*, dan pelaksanaan teknik *Self Manangement* pada konseli MKS dan WW.

1. Gambaran Kecanduan *Game online*

Kecanduan *game online* merupakan bermain *game online* secara terus-menerus dengan durasi waktu yang cukup lama seperti 5-9 jam sehari dengan menggunakan jaringan internet. Hal ini membuat siswa yang berinisial MKS dan WW mengalami kecanduan *game online*. Hal ini didapatkan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap subjek MKS dan WW serta orang tua, sahabat, dan guru BK. MKS dan WW merasakan hal yang ditandai dengan aspek berikut kurangnya aktivitas fisik seperti mengerjakan tugas sekolah atau membantu pekerjaan rumah lainnya dan aktivitas penting lainnya. Kurang waktu tidur juga dirasakan MKS dan WW karena selalu begadang bermain *game online* untuk mendapatkan prestasi dalam bermain game, pola makan yang tidak teratur juga dirasakan MKS dan WW dikarenakan bermain *game online* secara terus menerus, hal itu juga disampaikan ibu mereka. Serta kurangnya konsentrasi dalam belajar saat pembelajaran dari rumah yang disebabkan gangguan yang membuat tidak fokus. Tugas sekolah terhambat dan sering menunda hal itu juga dirasakan MKS dan WW dikarenakan terlalu seringnya bermain *game online* dan sudah menjadi kebiasaan sehingga tugas sekolahnya pun tidak dikerjakan terhambat dan tertunda.

Menurut Rini (2011) terdapat dua macam gejala adiksi *game online* yaitu

fisik dan psikologis. Gejala fisik ialah sindrom carpal tunnel mata menjadi kering, (1) mengalami sakit kepala dan punggung, (2) makan menjadi tidak teratur, (3) tidak peduli dengan kebersihan diri, (4) dan gangguan tidur. Gejala psikologis adalah mengalami kesulitan berhenti bermain, (1) tugas sekolah terhambat serta hilangnya konsentrasi dalam belajar, (2) merasa tertekan ketika tidak berhadapan dengan komputer, (3) berbohong kepada orang tua dan guru disekolah mengenai aktivitasnya.

2. Faktor Penyebab Kecanduan *Game online*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan faktor penyebab timbulnya perasaan kecanduan *game online* pada siswa MKS dan WW, yang terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi keinginan, rasa bosan, kontrol diri, dan tidak mampu mengatur prioritas. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan, hubungan sosial, dan harapan orang tua.

Menurut siswa yang mengalami kecanduan *game online*.

Menurut Amirah, W. N. (2021) Seseorang akan berkeinginan dan bertindak untuk menghabiskan waktu yang banyak dengan bermain game-nya, serta memberikan penolakan untuk melakukan aktivitas lain sejalan dengan hasil wawancara peneliti dengan siswa yang berinisial MKS dan WW yang dituturkan bahwa keinginan yang ingin terus bermain *game online* secara terus-menerus, sehingga MKS dan WW bermain *game online* dengan durasi waktu 5-9 jam sehari untuk mencapai tingkatan yang lebih tinggi apalagi pada era pandemi covid-19 saat ini yang mengharuskan siswa untuk melakukan pembelajaran dari rumah, maka dari itu siswa tersebut mempunyai keinginan yang tinggi untuk bermain

game online dikarenakan waktu belajar yang sangat minim.

Hasil penelitian yang dilakukan diperoleh bahwa faktor internal yang dimana timbulnya rasa bosan dan jenuh pada diri siswa yang berinisial MKS dan WW menyebabkan dia bermain game secara individu ataupun bersama temannya dapat dilihat bahwa siswa tersebut sering memainkan *game online* secara terus-menerus. Hal ini sejalan dengan pendapat menurut Buanasari, A. (2021). Bermain *game online* dapat menghilangkan stress dan rasa bosan sehingga dapat dijadikan pelarian oleh anak-anak yang sedang tertekan atau memiliki masalah dengan kepribadiannya. Kebiasaan buruk anak juga dapat ditekan dengan mengalihkan perhatiannya pada *game online*.

Menurut Ikkal, dkk (2021) merasa terikat dengan *game online* sehingga kehilangan kontrol diri terhadap waktu bermain sehingga menyebabkan masalah dalam kehidupan seseorang, merasakan kebutuhan untuk bermain *game online* dengan jumlah waktu yang meningkat dan emosional yang tidak stabil jika adanya pengurangan waktu untuk bermain *game online*, menghindari masalah dengan bermain *game online*, merasa gelisah apabila tidak bisa bermain *game online*, selalu berupaya untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* namun tidak berhasil. Seperti halnya yang dirasakan MKS dan WW tidak bisa mengendalikan dan mengontrol dirinya untuk bermain *game online* dalam sehari sehingga memainkan dengan waktu yang lama dan tidak melakukan aktivitas penting yang harus dilakukan sehingga menurutnya *game online* membuatnya senang dan bersemangat. Pada era pandemi covid-19 ini membuat MKS dan WW pun semakin mempunyai banyak waktu untuk bermain *game online*.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama siswa yang berinisial MKS dan WW yang diperoleh bahwa faktor internal yang dirasakan MKS dan WW bahwa tidak mampu mengatur prioritas karena memprioritaskan bermain *game online*. Sulit untuk mengatur prioritas seperti belajar dan mengerjakan tugas sekolah dan tidak dipedulikan karena prioritas yang sering dilakukannya bermain *game online* dengan jangka waktu yang lama. Hal ini sejalan dengan pendapat menurut Ikkal, dkk (2021) merasa bermain *game online* hanya untuk mengisi waktu luang, melepas stres, mulai bisa menentukan aktivitas yang harus di prioritaskan dan mampu mengontrol dirinya sendiri.

Masalah yang dihadapi siswa pada masa pandemi Covid-19 ini selain tuntutan-tuntutan yang dibebankan dengan model belajar mengajar secara daring. Proses belajar menggunakan media online lebih melelahkan dan membosankan, karena mereka tidak dapat berinteraksi langsung baik dengan guru maupun teman lainnya. Sehingga mendapatkan waktu yang luang untuk bermain *game online* secara terus-menerus. Hasil wawancara dengan siswa yang berinisial MKS dan WW adanya faktor lingkungan yang dituturkan bahwa selalu mengajak dan sebaliknya diajak temannya untuk bermain *game online*, pada awalnya memang MKS dan WW diajak oleh temannya untuk bermain *game online*. Sejalan dengan pendapat menurut Rahman, dkk (2020) Perilaku seseorang tidak hanya terbentuk dalam keluarga. Saat di sekolah, bermain dengan teman-teman itu juga dapat membentuk perilaku seseorang. Artinya meskipun seseorang tidak dikenalkan terhadap *game online* di rumah, maka seseorang akan kenal dengan *game online* karena pergaulannya.

Menurut Putri, O.D (2019), Permainan *game online* sebagian disebabkan oleh dimensi sosial, yang mana menghilangkan stereotipe pemain mengenai rasa kesepian yang dialaminya, ketidakmampuan bersosial bagi pemain yang kecanduan. Sama halnya yang dipaparkan MKS dan WW saat peneliti melakukan wawancara bahwa sulit mengontrol untuk tidak bermain game dalam sehari sehingga hubungan sosial misalnya di dalam lingkup rumahnya juga berkurang.

Tekanan dari orang tua MKS dan WW untuk lebih giat belajar agar mendapatkan nilai yang bagus dan peringkat di kelasnya, sehingga membuatnya lebih bermain *game online*. Hasil wawancara tersebut sejalan dengan pendapat menurut Kustiawan, dkk (2019), mengatakan bahwa Harapan orangtua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

3. Upaya dalam menangani kecanduan *game online* pada siswa di SMA Negeri 13 Bone

Berdasarkan uraian dari hasil wawancara yang dilakukan bersama MKS dan WW, Orang tua MKS dan WW, Sahabat/teman dekat MKS dan WW, Guru BK MKS dan WW. Dalam penelitian ini diperoleh bahwa selama pandemi covid-19 MKS dan WW kegiatan yang paling sering MKS dan WW lakukan yaitu bermain *game online* dengan durasi waktu 5-9 jam sehari, intensitas waktu 3 kali sekali, dan frekuensinya bermain *game online* dalam 1 minggu, sehingga MKS dan WW merasakan gejala-gejala seperti kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, sering terlambat makan, kurangnya konsentrasi dalam belajar, dan tugas

sekolah terhambat dan sering menundanya. Hal ini menandakan bahwa MKS dan WW mengalami kecanduan *game online* pada aspek kesehatan. Sehingga peneliti berinisiatif untuk membantu konseli MKS dan WW mengatasi masalah yang dihadapinya dengan memberikan teknik Self Management. Setiawan, M.A (2018) self management adalah strategi perubahan perilaku dimana konselor menggunakan suatu teknik atau kombinasi dari teknik-teknik tarapeutik untuk memandu perubahan perilakunya sendiri. Teknik ini untuk mengelola mengelola perilaku individu, bertujuan untuk membimbing dan mengelola diri sendiri untuk mencapai kemandirian dan menjalani kehidupan yang produktif. Kecanduan *game online* siswa yang dialami membuatnya sulit untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang produktif misalnya dalam akademik untuk mengerjakan tugas sekolah.

Setelah melakukan teknik self management bersama MKS dan WW maka hasil yang diperoleh yaitu MKS dan WW sudah melakukan aktivitas penting dan produktif seperti lebih rajin sangat sulit disuruh untuk makan pada saat bermain *game online*.

Dalam hal akademik pun konseli MKS dan WW juga telah berkonsentrasi saat melakukan pembelajaran karena sudah tidak terganggu lagi saat melakukan pembelajaran dari rumah saat pandemi covid-19, upaya yang dilakukan dengan mencari tempat yang nyaman dan menghindari gangguan yang ada saat pembelajaran dari rumah berlangsung. Tugas Sekolah MKS dan WW sudah tidak terhambat dan sudah tidak dituda lagi untuk dikerjakan, dengan upaya yang dilakukan yakni mengontrol dan mengendalikan dirinya bermain *game online* dan mengerjakan tugas sekolah bersama temannya dan menanyakan kepada temannya

apabila ada tugas sekolah yang tidak dimengerti. Hal ini sejalan dengan penelitian Astuti A.D (2020) Pengelolaan diri (self management) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini, individu terlibat pada beberapa atau seluruh komponen dasar yaitu menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Yang dimana siswa mengubah perilakunya agar dapat mengatur dan mengendalikan dirinya, serta dapat sebagai pengelolaan diri.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 13 Bone pada peserta didik yang mengalami kecanduan *game online* pada era pandemi covid-19, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran kecanduan *game online* yang dirasakan oleh konseli yang berinisial MKS dan WW adalah 1) Kurangnya aktivitas fisik, MKS dan WW merasa bahwa dirinya kurang melakukan aktivitas-aktivitas yang penting dan produktif dalam kesehariannya apalagi pada saat era pandemi covid-19 ini yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah, hal yang dilakukan bermain *game online* dengan durasi waktu yang lama. 2) Kurang waktu tidur, MKS dan WW sangat sulit tidur dengan cepat pada malam hari dikarenakan begadang bermain *game online*. 3) Sering terlambat makan, Pola makan MKS dan WW tidak teratur, ketika disuruh untuk makan oleh orang tuanya dia mengabaikan ketika bermain *game online*. Hal itu juga disampaikan ibu MKS dan WW. 4) Kurangnya konsentrasi dalam belajar, MKS dan WW merasa ketika melakukan pembelajaran dari rumah dirinya merasa terganggu di lingkungan rumahnya karena adanya a suara-suara yang mengganggu dan jaringan internet yang kurang baik yang membuatnya kehilangan konsentrasi saat melakukan pembelajaran dari rumah. 5) Tugas sekolah terhambat dan sering menundanya, MKS dan WW merasa beban tugas yang diberikan oleh guru sangat sulit

sehingga tugas tertunda dan tidak dikerjakan serta terlalu asik bermain *game online* sehingga tugas sekolahnya pun diabaikan dan ditunda tidak dikerjakan.

2. Faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* siswa yang berinisial MKS dan WW terdiri atas 2 faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi 1) Keinginan, MKS dan WW memiliki keinginan untuk mencapai tingkatan yang lebih tinggi dalam bermain *game online* maka dari itu mereka memainkan *game online* dengan waktu yang lama. 2) Rasa bosan, timbulnya rasa bosan pada diri MKS dan WW menjadikan *game online* untuk penghilang rasa bosan dan memainkannya secara individu atau mabar (main bareng) bersama teman. 3) Kontrol diri, kebiasaan MKS dan WW bermain *game online* dengan durasi 3-6 jam sehari sehingga sulit untuk dikontrol dan dikendalikan dan ketika bermain *game online* membuatnya senang dan bersemangat. 4) Tidak mampu mengatur prioritas, MKS dan WW tidak bisa mengatur prioritasnya untuk kegiatan yang produktif seperti mengerjakan tugas sekolah dan rajin belajar, karena prioritas yang dilakukan bermain *game online* secara terus-menerus. Faktor eksternal meliputi 1) Lingkungan, MKS dan WW bermain *game online* karena diajak oleh teman sebayanya. 2) Hubungan sosial, MKS dan WW merasa bahwa dirinya tidak mampu bersosialisasi sehingga bermain *game online* secara individu dan hanya bersama teman mabar (main bareng) saat akan bermain game jika dilakukan bersama temannya serta sulitnya untuk mengontrol dirinya bermain *game online* dengan waktu yang lama. 3) Harapan orang tua, Tekanan dari orang tua MKS dan WW yang menginginkan lebih rajin belajar untuk mendapatkan nilai yang bagus terutama

mata pelajaran matematika agar mendapatkan peringkat di kelas, maka dari itu MKS dan WW menginginkan bermain *game online* untuk menghilangkan pikiran tersebut.

3. Penanganan perasaan kecanduan *game online* pada konseli MKS dan WW dengan menggunakan teknik self management. Teknik self management membantu siswa untuk mengatur dirinya agar dapat menyusun perilaku yang ditargetkan dan juga merealisasikan serta membantu konseli mengondisikan lingkungan agar upaya penurunan kecanduan *game online* konseli pada era pandemi covid-19 ini bisa diturunkan. Teknik self management terdiri dari 3 tahap yaitu Tahap monitor diri, tahap evaluasi, dan tahap penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman. Setelah pemberian treatment konseli diharapkan bisa mengubah perilaku kecanduan *game online* konseli MKS dan WW alami.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di atas, diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Konselor

Konselor dapat mempergunakan teknik self management sebagai teknik layanan untuk mengurangi kecanduan *game online*. Teknik self management dapat dikembangkan menjadi penelitian tindakan konseling dengan menerapkannya pada permasalahan yang berbeda.

2. Bagi peneliti selanjutnya.

Teknik self management dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengaitkan variable terikat lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2022). Buku Metode Penelitian Kualitatif.
- Apriani R, dkk. (2020). *Social Intelligence, Love, Self-Regulation* Pada Remaja yang Adiksi *Game Online* Jenis Agresif dan Non-Agresif. *Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*. Vol. 5, No. 1 (2020), Hal. 39
- Arifin, Z. (2020). Metodologi penelitian pendidikan. *Jurnal Al-Hikmah*, 1(1).
- Diana, P. Z., Wirawati, & D, Rosalia, S. (2020). Blended learning dalam pembentukan kemandirian belajar. *Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajaran* Vol. 9(1), 16-22, 2020.
- 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* Vol. 10(2).
- Hayadi, N. B. (2021). Perilaku menyimpang remaja yang kecanduan game online di rt 49 kelurahan sidodadi.
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran daring sebagai upaya study from home (SFH) selama pandemi covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496-503.
- Kustiawan, A. A., Or, M., Utomo, A. W. B., & Or, M. (2019). *Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online dan Tindakan Pencegahan*. CV. AE MEDIA GRAFIKA.
- Kusumawati, Rosi, Irna A, Yolivia., & Molina, Yosi. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan. *Journal psikologi*, 89.
- Lestari, F. A., Nawantara, R. D., & Setyawati, S. P. (2021). Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 1, 157-165.
- Mala, S. B. I. (2022). *Teknik self management untuk menangani kecanduan aplikasi Tik Tok pada seorang remaja di Desa Sumberjo Kediri* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Mardiana, M. (2021). *Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meminimalisir Kecanduan Game Online Pada Siswa Di Man 2 Sinjai* (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai).
- Mulyasa, H. E. (2022). *Manajemen dan kepemimpinan kepala sekolah*. Bumi Aksara.
- Pratiwi, S. N., Wastuti, S. N. Y., & Jamila, J. (2021). Self Management in Improving the Quality of Lecturers. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 4(3), 247-253.
- Purandina1, I. P. (2020). *Pendidikan Karakter di Lingkungan Keluarga*. Vol. 3(2),

- Lestari, F. A., Nawantara, R. D., & Setyawati, S. P. (2021). Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 1, 157-165.
- Mala, S. B. I. (2022). *Teknik self management untuk menangani kecanduan aplikasi Tik Tok pada seorang remaja di Desa Sumberjo Kediri* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Mardiana, M. (2021). *Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meminimalisir Kecanduan Game Online Pada Siswa Di Man 2 Sinjai* (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai).
- Mulyasa, H. E. (2022). *Manajemen dan kepemimpinan kepala sekolah*. Bumi Aksara.
- Pratiwi, S. N., Wastuti, S. N. Y., & Jamila, J. (2021). Self Management in Improving the Quality of Lecturers. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 4(3), 247-253.
- Purandina1, I. P. (2020). *Pendidikan Karakter di Lingkungan Keluarga*. Vol. 3(2), 270-290,2020
- Putri, O. D. (2019). *Hubungan Antara Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Game Online Pada Generasi Z Di Universitas Mercu Buana Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Rahman, M. H., Kencana, R., & NurFaizah, S. P. (2020). *Pengembangan Nilai Moral Dan Agama Anak Usia Dini: Panduan Bagi Orang Tua, Guru, Mahasiswa, Dan Praktisi Paud*. Edu Publisher.
- Rizai, M. (2021). Konseling Kelompok Dengan Teknik Biblioterapi Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Anak: Sebuah Kajian Literatur [Group Counseling With Bibliotherapy Techniques To Reduce Online Game Addiction In Children: A Literature Review]. *Journal Of Contemporary Islamic Counselling*, 1(2).
- Romawati, S. A., Zalfa, K., & Sholikhah, L. D. (2021). EFEKTIVITAS TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR SANTRI. *Cermin: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 11-20.
- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *dalam Jurnal Imiah Psikologi*, 9(1).
- Sandy, T.A., & Hidayat, W. N. (2019). *Game mobile learning*. Malang: Multi-media Edukasi.
- Savitri, N. (2022). Komunikasi Interpersonal Korban Broken Home Terhadap Teman Sebaya (Studi Kasus Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung). *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 155-165.

- Sekretaris Kabinet Republik Indonesia. 2020. *Dasar Hukum Penanganan COVID-*
19. Laman Sekretaris Kabinet Republik Indonesia.
- Setiawan, M. A. (2018). *Pendekatan-Pendekatan Konseling (Teori Dan Aplikasi)*.
- Sugiyono. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Suwendra, I. W. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif dalam ilmu sosial, pendidikan, kebudayaan dan keagamaan*. Nilacakra.
- Trisnani P,R & Wardani, Y, S. (2018). *Stop Kecanduan Game Online*. Madiun Jawa Timur: Universitas PGRI Madiun
- Zakiah, I., Ritanti, N., Kep, M., & Kom, S. K. (2021). *Kecanduan Game Online Pada Remaja Dan Penanganannya*. Media Sains Indonesia.

LAMPIRAN

Lampiran 1: Matriks Penelitian

No.	Fokus Penelitian	Indikator	Sub-Indikator	Deskripsi	Data Primer	Data Sekunder	Alat Pengumpulan Data
1.	Bagaimana gambaran kecanduan game online siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone?	1.Aspek Kesehatan	1. Kurangnya aktivitas fisik	-Sulit mengatur waktu/tidak fokus	Siswa	Orang Tua, Teman dekat/Sahabat, dan Guru BK	Wawancara dan Observasi
			2. Kurang waktu tidur	-Merasa pusing dan sakit kepala akibat terlalau sering begadang -Sering terbangun/jam tidur tidak teratur -Raut muka terlihat lesu/lemah -Kurangnya konsentrasi/ sulit berkonsentrasi -Kehilangan keseimbangan tubuh			
			3. Sering terlambat makan	-Pola makan tidak teratur			
		2.Aspek Psikologis	1. Mudah marah	-Cenderung Menyalahkan			

				orang lain Ketika mendapat masalah -Gerakan menjadi tidak terkendali -Membanting barang yang ada di dekatnya			
			2. Emosional	-Merasa senang ketika bermain <i>game online</i> -Menginginkan pengakuan akan prestasinya bermain <i>game online</i> dari Temannya			
			3. Mudah mengucapkan kata-kata kasar/kotor	-Mengucapkan kata-kata kasar/kotor ketika diganggu bermain <i>game online</i> -Saling mengejek			
		3.Aspek Akademik	1. Waktu belajar yang minim	-Tidak memahami materi pembelajaran -Tidak adanya arahan atau bimbingan			

				mengenai pembelajaran			
			2. Kurangnya konsentrasi dalam belajar	- Merasa terganggu ketika ada suara dari luar pada saat pembelajaran <i>online</i> - Memikirkan hal lain pada saat pembelajaran <i>online</i> berlangsung			
			3. Tugas sekolah terhambat dan sering menundanya	- Tidak mampu menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal -Sering bermain <i>game online</i> - Melakukan pekerjaan lain diluar pelajaran			
		4.Aspek Sosial	1. Kehilangan kontak dengan dunia nyata	-Menghabiskan waktu dengan bermain <i>game online</i>			

			2. Kurangnya interaksi dengan orang lain	-Tidak mempunyai rasa berbaur dalam masyarakat -Fokus ke <i>game online</i>			
		5.Aspek Keuangan	1.Membutuhkan biaya membeli kuota dan voucher	-Bermain <i>game online</i> secara terus-menerus -Fitur <i>game online</i> yang mengharuskan pemain <i>game online</i> untuk membeli voucher atau koin			
			2.Berbohong	- Mencari alasan untuk membenarkan perilaku berbohong karena sering meminta uang kepada orang tua membeli kuota			
2.	Apa faktor-faktor yang menimbulkan kecanduan game online	Faktor Internal	2.1 Keinginan	-Memperoleh nilai yang tinggi dalam game -Ingin diakui			

	pada siswa kasus berinisial MKS dan WW di SMA Negeri 13 Bone?		2.2 Rasa bosan	-Lebih bersemangat ketika bermain game online daripada mengerjakan tugas Sekolah			
			2.3 Kontrol diri	-Tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain game online -Kurangya kemampuan untuk mengatur waktu			
			2.4 Tidak mampu mengatur prioritas	-Menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu			
		Eksternal	2.5 Lingkungan	-Pelajaran yang monoton -Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru			
			2.6 Hubungan sosial	-Dukungan dari orang lain			
			2.7 Harapan Orang tua	-Tuntutan untuk berprestasi tinggi di sekolah			

				-Memberikan arahan kepada anaknya untuk mengikuti les atau kursus			
Bagaimana Upaya Penanganan Kecanduan game online siswa di SMA Negeri 13 Bone?	3.1 Usaha yang pernah dilakukan untuk menangani kecanduan game online						
	3.2 Pengalaman mengikuti proses konseling						
	3.3 Kesiapan mengikuti proses konseling						
	3.4 Pendekatan konseling yang digunakan untuk mengurangi kecanduan game online	Buku Referensi					
	3.5 Teknik konseling yang digunakan untuk mengurangi kecanduan game online	Buku Referensi					
	3.6 Tahapan penerapan teknik konseling untuk mengurangi kecanduan game online	Buku Referensi					
	3.7 Jumlah pertemuan konseling						
	3.8 Jadwal pertemuan konseling						
	3.9 Tempat pertemuan konseling						
	3.10 Kesiapan di dokumentasikan						
	3.11 Siapa saja yang ikut terlibat						
	3.12 wawancara						
	3.13 Keberhasilan penanganan	Subjek dan Peneliti					
	3.14 Evaluasi						

Lampiran 2: Kisi-Kisi Alat Pengumpulan Data

No.	Alat	Kegiatan	Sumber Data	Hasil
1.	Pedoman Wawancara	Wawancara	1. Peserta didik (subjek)	Deskripsi Kecanduan Game Online
			2. Orang Tua	Deskripsi Kecanduan Game Online
			3.Sahabat/Teman dekat	Deskripsi Kecanduan Game Online
			4. Guru BK	Deskripsi Kecanduan Game Online

Lampiran 3: Biodata (MKS)

Biodata Subjek

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| a. Nama/Inisial | : MKS |
| b. Jenis Kelamin | : Laki-laki |
| c. Tempat, tanggal lahir | : Watampone, 05 Januari 2005 |
| d. Agama | : Islam |
| e. Umur | : 17 Tahun |
| f. Anak ke | : 1 dari 2 bersaudara |
| g. Kelas | : XI MIPA 6 |
| h. Alamat rumah | : Pappolo |
| i. Hobi | : Panahan dan main game online |
| j. Keterangan Orang Tua/Wali | |
| i. Identitas Ayah | |
| Nama/Inisial | : AHS |
| Agama | : Islam |
| Alamat | : Pappolo |
| Pekerjaan | : PNS |
| ii. Identitas Ibu | |
| Nama/Inisial | : SM |
| Agama | : Islam |
| Alamat | : Pappolo |
| Pekerjaan | : IRT |

Biodata Orang Tua (Ayah)

1. Nama/Inisial : AHS
2. Tempat, tanggal lahir : Bone, 21 Januari 1980
3. Agama : Islam
4. Umur : 42 Tahun
5. Alamat : Pappolo
6. Pekerjaan : PNS
7. Pendidikan terakhir : S1
8. Hubungan dengan konseli : Ayah Konseli

Biodata Orang Tua (Ibu)

1. Nama/Inisial : SM
2. Tempat, tanggal lahir : Merauke, 07 Juli 1980
3. Agama : Islam
4. Umur : 41 Tahun
5. Alamat : Pappolo
6. Pekerjaan : IRT
7. Pendidikan terakhir : S1
8. Hubungan dengan konseli : Ibu Konseli

Biodata (WW)**Biodata Subjek**

k. Nama/Inisial	: WW
l. Jenis Kelamin	: Laki-laki
m. Tempat, tanggal lahir	: Watampone, 18 April 2005
n. Agama	: Islam
o. Umur	: 17 Tahun
p. Anak ke	: 2 dari 3 bersaudara
q. Kelas	: XI MIPA 6
r. Alamat rumah	: Jl. Hos Cokroaminoto
s. Hobi	: Volly dan main game online
t. Keterangan Orang Tua/Wali	
i. Identitas Ayah	
Nama/Inisial	: AN
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Hos Cokroaminoto
Pekerjaan	: Wiraswasta
ii. Identitas Ibu	
Nama/Inisial	: DA
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Hos Cokroaminoto
Pekerjaan	: IRT

Biodata Orang Tua (Ayah)

9. Nama/Inisial : AN
10. Tempat, tanggal lahir : Enrekang, 01 Januari 1978
11. Agama : Islam
12. Umur : 44 Tahun
13. Alamat : Jl. Hos Cokroaminoto
14. Pekerjaan : Wiraswasta
15. Pendidikan terakhir : SMA
16. Hubungan dengan konseli : Ayah Konseli

Biodata Orang Tua (Ibu)

9. Nama/Inisial : DA
10. Tempat, tanggal lahir : Passapareng, 26 Desember 1979
11. Agama : Islam
12. Umur : 43 Tahun
13. Alamat : Jl. Hos Cokroaminoto
14. Pekerjaan : IRT
15. Pendidikan terakhir : SD
16. Hubungan dengan konseli : Ibu Konseli

Biodata Sahabat/Teman sekelas (MKS)

1. Nama/Inisial : MF
2. Tempat, tanggal lahir : Bone, 11 Januari 2005
3. Agama : Islam
4. Umur : 17 Tahun
5. Alamat : Jln. Yos Sudarso
6. Kelas : XI MIPA 6
7. Hubungan dengan konseli : Sahabat/ Teman dekat

Biodata Sahabat/Teman sekelas (WW)

1. Nama/Inisial : AT
2. Tempat, tanggal lahir : Watampone, 13 Februari 2005
3. Agama : Islam
4. Umur : 17 tahun
5. Alamat : Jln. Langsung
6. Kelas : XI MIPA 6
7. Hubungan dengan konseli : Sahabat/ Teman dekat

Biodata Guru BK

1. Nama/Inisial : AM
2. Tempat, tanggal lahir : Tokaseng, 02 Maret 1984
3. Agama : Islam
4. Umur : 38 Tahun
5. Alamat : Jln. A. Muh. Yusuf
6. Pekerjaan : Guru Bimbingan Konseling SMA Negeri 13 Bone
7. Pendidikan terakhir : S2
8. Hubungan dengan konseli : Guru Bimbingan Konseling konseli

Lampiran 4: Kisi-Kisi Wawancara

Kisi-Kisi Wawancara Kepada Kasus

Fokus	Aspek	Sub-Aspek	Nomor Item
Perasaan Kecanduan Game Online	1. Gambaran Kecanduan Game Online	Aspek Kesehatan	
		Kurangnya aktivitas fisik	1,2,3,4
		Kurang waktu Tidur	5,6,7,8,9,10,11,12,13,14
		Sering Terlambat Makan	15,16
		Aspek Psikologis	
		Mudah marah	1,2,3,4,5,6
		Emosional	7,8,9,10,11,12,13,14
		Mudah Mengucapkan kata-kata kasar/kotor	15,16,17,18,19,20
		Aspek Akademik	
		Waktu belajar yang minim	1,2,3,4
		Kurangnya Konsentrasi dalam belajar	5,6,7,8,9,10,11,12,13
		Tugas sekolah terhambat dan Sering Menundanya	14,15,16,17

		Aspek Sosial	
		Kehilangan kontak dengan dunia nyata	1,2,3,4,5
		Kurangnya Interaksi dengan orang Lain	6,7,8,9,10
		Aspek Keuangan	
		Membutuhkan biaya untuk membeli kuota dan voucher	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14
		Berbohong	15
		Faktor Internal	
		2.1 Keinginan	17,18
		2.2 Rasa bosan	19
		2.3 Kontrol Diri	20,21
		2.4 Tidak Mampu mengatur prioritas	22,23
	2.Faktor yang mempengaruhi kecanduan game online		

		Faktor Eksternal	24,25
		2.5 Lingkungan	
		2.6 Hubungan Sosial	26
		2.7 Harapan orang tua	27,28,29
	3.Upaya Penanganan kecanduan game online	3.1 Usaha yang pernah dilakukan untuk menangani kecanduan game online	30,31
		3.2 Pengalaman mengikuti proses konseling	32
		3.3 Kesiapan mengikuti proses Konseling	33
		3.4 Tempat dan jadwal pertemuan	34,35
		3.5 Teknik konseling yang digunakan untuk	36,37,38

		mengurangi kecanduan game online	
--	--	--	--

Kisi-Kisi Wawancara Kepada Orang Tua

Fokus	Aspek	Sub-Aspek	No. Item
Perasaan Kecanduan Game Online	1.Kecanduan Game Online	1.1 Kurangnya aktivitas fisik	1,2,3,4
		1.2 Kurang waktu tidur	5,6,7,8,9,10, 11,12,13,14
		1.3 Sering terlambat makan	15,16
	2.Faktor yang Mempengaruhi kecanduan game Online	Faktor Internal	
		2.1 Keinginan	17,18
		2.2 Rasa bosan	19
		2.3 Kontrol diri	20,21
		2.4 Tidak mampu Mengatur prioritas	22,23
		Faktor Eksternal 2.5 Lingkungan	24,25
		2.6 Hubungan sosial	26
2.7 Harapan Orang Tua	27,28,29		

Kisi-Kisi Wawancara Kepada Sahabat/Teman Dekat

Fokus	Aspek	Sub-Aspek	No. Item	
Perasaan Kecanduan Game Online	1.Kecanduan Game Online	1.1 Kurangnya aktivitas fisik	1,2,3,4	
		1.2 Kurang waktu tidur	5,6,7,8,9,10,11,12,13,14	
		1.3 Sering terlambat makan	15,16	
	2.Faktor yang mempengaruhi kecanduan game online	Faktor Internal		
		2.1 Keinginan	17,18	
		2.2 Rasa bosan	19	
		2.3 Kontrol diri	20,21	
		2.4 Tidak mampu mengatur prioritas	22,23	
		Faktor Eksternal		
2.5 Lingkungan	24,25			
	2.6 Hubungan sosial	26		

Kisi-Kisi Wawancara Kepada Guru BK

Fokus	Aspek	Sub-Aspek	No. Item
Perasaan Kecanduan Game Online	1.Kecanduan Game Online	1.1 Waktu belajar yang minim	1,2,3,4
		1.2 Kurangnya konsentrasi dalam belajar	5,6,7,8,9,10,11,12,13
		1.3 Tugas sekolah terhambat dan sering menundanya	14,15,16,17
	2.Faktor yang mempengaruhi kecanduan game online	Faktor Internal 2.1 Kontrol diri	18,19
		2.2 Tidak mampu mengatur prioritas	20
		Faktor Eksternal 2.3 Lingkungan	21,22

Lampiran 5: Pedoman Wawancara

Aspek Kesehatan

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber :

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa anda tidak fokus saat melakukan aktivitas?	
2.	Bagaimana keseimbangan tubuh anda setelah bermain <i>game online</i> ?	
3.	Mengapa anda sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?	
4.	Bagaimana cara anda mengistirahatkan tubuh anda setelah bermain <i>game online</i> ?	
5.	Mengapa anda merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang	
6.	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?	
7.	Bagaimana cara anda untuk mengatasi rasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?	
8.	Mengapa pada malam hari anda sering terbangun untuk bermain <i>game online</i> ?	
9.	Mengapa anda sulit untuk tidur pada malam hari?	
10.	Mengapa raut muka anda terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?	
11.	Mengapa anda sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?	
12.	Bagaimana yang anda rasakan setelah bermain <i>game online</i> ?	
13.	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan ketika	

	kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?	
14.	Bagaimana cara yang anda lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?	
15.	Bagaimana pola makan anda selama anda mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa pola makan anda tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
17.	Mengapa anda ingin memperoleh nilai yang tinggi dalam bermain <i>game online</i> ?	
18.	Mengapa anda ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ?	
19.	Mengapa anda lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?	
20.	Mengapa anda tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
21.	Bagaimana bisa anda tidak dapat mengatur waktu?	
22.	Mengapa anda tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?	
23.	Bagaimana cara yang anda lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
24.	Mengapa anda merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?	
25.	Mengapa anda sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	
26.	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana dukungan dari orang lain mengenai proses belajar anda?	
27.	Bagaimana tanggapan orang tua anda mengenai anda untuk mendapat peringkat di kelas?	
28.	Bagaimana cara orang tua anda ketika melarang anda untuk bermain <i>game online</i> jika anda bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?	
29.	Bagaimana cara orang tua anda mengarahkan anda untuk mengikuti kursus atau les	
30.	Apakah anda mengetahui tentang kecanduan <i>game online</i> ?	
31.	Apakah anda pernah melakukan cara/alternatif	

	untuk kecanduan game online anda berkurang?	
32.	Apakah sebelumnya anda pernah melakukan proses konseling?	
33.	Apakah anda bersedia mengikuti proses konseling?	
34.	Bagaimana dengan kesepakatan pertemuan perminggunya. Hari apa saja yang disepakati?	
35.	Kapan dan dimana kita memulai proses konseling ini?	
36.	Apakah anda pernah mendengar teknik <i>Self Management</i> ?	
37.	Mendengar kata <i>Self Management</i> apa yang terbayang di pikiran anda?	
38.	Apakah anda siap untuk melakukan <i>Self Management</i> sebagai alternatif untuk menurunkan kecanduan game online anda?	

*Aspek Psikologis***LEMBAR WAWANCARA**

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber :

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWAB
1.	Mengapa anda cenderung menyalahkan orang lain ketika mendapat masalah?	
2.	Saat bermain <i>game online</i> , mengapa anda biasa melampiaskan kemarahan anda dengan lawan main anda?	
3.	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan saat anda melampiaskan kemarahan anda dengan lawan anda?	
4.	Saat anda merasakan keseruan dalam bermain <i>game online</i> , mengapa anda pernah melakukan tindakan atau gerakan yang tidak terkendali?	
5.	Bagaimana reaksi anda ketika anda kalah bermain <i>game online</i> ?	
6.	Bagaimana respon teman anda atau lawan main anda saat anda membanting barang di dekat anda ketika kalah bermain <i>game online</i> ?	
7.	Mengapa anda sangat tertarik dan suka bermain <i>game online</i> ?	
8.	Bagaimana pendapat orang tua anda mengenai anda yang sangat suka bermain <i>game online</i> ?	
9.	Mengapa orang tua anda tidak memperdulikan anda ketika anda secara terus menerus bermain <i>game online</i> ?	
10.	Mengapa anda tidak tenang ketika tidak menang dalam bermain <i>game online</i> ?	
11.	Bagaimana cara anda agar anda dapat mempertahankan keunggulan dalam bermain <i>game online</i> ?	
12.	Mengapa anda tergesa-gesa ketika tidak mempertahankan prestasinya dalam bermain <i>game online</i> ?	

13.	Mengapa anda sangat yakin bahwa anda paling bisa diandalkan dalam bermain <i>game online</i> diantara yang lain?	
14.	Bagaimana kondisi yang anda rasakan saat kalah dalam bermain <i>game online</i> ?	
15.	Mengapa anda cenderung mengucapkan kata-kata kasar dan kotor ketika diganggu bermain <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa anda menyalahkan lawan main atau teman ketika kalah?	
17.	Mengapa anda merasa tertekan dan raut wajah memerah ketika ada yang mengganggu bermain <i>game online</i> ?	
18.	Bagaimana respon teman anda yang lain terkait anda yang menyalahkan lawan main anda?	
19.	Mengapa anda cenderung mengejek teman atau lawan main ketika kalah bermain <i>game online</i> ?	
20.	Mengapa anda merasa ingin menghindar dan pergi ketika kalah dalam bermain <i>game online</i> ?	

*Aspek Akademik***LEMBAR WAWANCARA**

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber :

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang anda rasa paling berat?	
2.	Mengapa anda tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?	
3.	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru terkait materi yang diberikan?	
4.	Tugas apa yang menurut anda paling membebani anda?	
5.	Mengapa anda terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung? Coba jelaskan!	
6.	Kondisi-kondisi apa saja yang anda rasakan ketika tidak konsentrasi dalam belajar?	
7.	Bagaimana dengan kondisi di lingkungan rumah anda?	
8.	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?	
9.	Mengapa anda cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung?	
10.	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa anda lakukan diluar pelajaran?	
11.	Mengapa anda biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami?	
12.	Mengapa anda bermain <i>game online</i> di sela pembelajaran dari rumah berlangsung?	
13.	Bagaimana cara anda ketika anda ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru	

	tetapi tidak tahu cara mengerjakannya?	
14.	Bagaimana anda menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal?	
15.	Mengapa tugas sekolah anda terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa anda malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> ?	
17.	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, bagaimana cara anda mengatur waktu anda dengan aktivitas lain anda?	

*Aspek Sosial***LEMBAR WAWANCARA**

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber :

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa anda menghabiskan waktu dengan bermain <i>game online</i> ?	
2.	Bagaimana tanggapan kedua orang tua anda mengenai anda yang hanya fokus bermain <i>game online</i> saja?	
3.	Mengapa anda ingin terus memainkan game online sampai menang jika anda kalah?	
4.	Bagaimana tanggapan teman anda mengenai anda yang hanya fokus bermain <i>game online</i> ?	
5.	Saat bermain game online, mengapa anda hanya bermain <i>game online</i> dirumah saja?	
6.	Mengapa anda kurang berbaur dengan masyarakat karena hanya bermain <i>game online</i> ?	
7.	Mengapa anda cenderung lebih ingin menyendiri?	
8.	Bagaimana kondisi yang anda rasakan ketika fokus bermain <i>game online</i> ?	
9.	Bagaimana respon tetangga anda jika melihat anda hanya fokus bermain <i>game online</i> ?	
10.	Bagaimana suasana saat anda bermain <i>game online</i> ?	

*Aspek Keuangan***LEMBAR WAWANCARA**

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber :

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa anda membutuhkan biaya untuk bermain <i>game online</i> ?	
2.	Berapa kali anda membeli kuota internet dalam 1 bulan untuk bermain <i>game online</i> ?	
3.	Bagaimana penyebab sehingga anda bermain <i>game online</i> secara terus-menerus?	
4.	Mengapa anda biasa merasa malas mengerjakan tugas sekolah dan lebih mementingkan bermain <i>game online</i> ?	
5.	Bagaimana perasaan anda ketika teman anda mendapatkan juara dalam bermain <i>game online</i> ?	
6.	Menurut anda, mengapa anda merasa gelisah jika tidak bermain <i>game online</i> dalam sehari?	
7.	Mengapa anda memainkan <i>game online</i> hanya 1 saja?	
8.	Menurut anda mengapa <i>game online</i> dapat melarikan diri dari masalah?	
9.	Mengapa anda merasa murung ketika sedang <i>offline</i> , yang mana perasaan itu hilang ketika bermain <i>game online</i> ?	
10.	Mengapa jika anda kalah dalam bermain <i>game online</i> anda harus kembali bermain <i>game online</i> untuk membalas kekalahan?	
11.	Ketika merasa stress mengapa anda memilih <i>game online</i> ?	
12.	Mengapa anda senang memainkan <i>game online</i> yang tertantang untuk melawan musuh?	
13.	Mengapa <i>game online</i> mengharuskan anda untuk membeli koin?	
14.	Mengapa harus membeli koin dalam fitur <i>game online</i> ?	
15.	Mengapa anda pernah berbohong dan mencari alasan untuk meminta uang membeli kuota bermain <i>game online</i> ?	

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber : Orang Tua (MKS)

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa MKS tidak fokus saat melakukan aktivitas?	
2.	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh MKS?	
3.	Mengapa MKS sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?	
4.	Setelah bermain <i>game online</i> apakah MKS, bagaimana cara MKS mengistirahatkan tubuhnya?	
5.	Mengapa MKS merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang	
6.	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?	
7.	Bagaimana cara yang MKS lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala?	
8.	Mengapa MKS sering terbangun pada saat malam hari?	
9.	Mengapa MKS sulit untuk tidur pada malam hari?	
10.	Mengapa raut muka MKS terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?	
11.	Mengapa MKS sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?	
12.	Setelah bermain <i>game online</i> , mengapa MKS kehilangan keseimbangan tubuh?	
13.	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?	
14.	Bagaimana cara yang dapat MKS lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?	
15.	Bagaimana pola makan MKS selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa pola makan MKS tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
17.	Ketika MKS ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang MKS	

	lakukan?	
18.	Mengapa MKS ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ? Mengapa?	
19.	Mengapa MKS lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?	
20.	Mengapa MKS tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
21.	Mengapa MKS tidak dapat mengatur waktu?	
22.	Mengapa MKS tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?	
23.	Bagaimana yang MKS lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
24.	Mengapa MKS merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang	
25.	Mengapa MKS sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	
26.	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana MKS mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya?	
27.	Bagaimana cara anda sebagai orang tua MKS menuntut MKS untuk mendapatkan peringkat di kelas?	
28.	Bagaimana cara anda sebagai orang tua MKS untuk melarang/membatasi MKS untuk bermain game online jika bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?	
29.	Mengapa anda sebagai orang tua mengarahkan MKS untuk mengikuti kursus atau les?	

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber : Orang Tua (WW)

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa WW tidak fokus saat melakukan aktivitas?	
2.	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh WW?	
3.	Mengapa WW sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?	
4.	Setelah bermain <i>game online</i> apakah WW, bagaimana cara WW mengistirahatkan tubuhnya?	
5.	Mengapa WW merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang	
6.	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?	
7.	Bagaimana cara yang WW lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala?	
8.	Mengapa WW sering terbangun pada saat malam hari?	
9.	Mengapa WW sulit untuk tidur pada malam hari?	
10.	Mengapa raut muka WW terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?	
11.	Mengapa WW sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?	
12.	Setelah bermain <i>game online</i> , mengapa WW kehilangan keseimbangan tubuh?	
13.	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?	
14.	Bagaimana cara yang dapat WW lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?	
15.	Bagaimana pola makan WW selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa pola makan WW tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
17.	Ketika WW ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang WW lakukan?	

18.	Mengapa WW ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ? Mengapa?	
19.	Mengapa WW lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?	
20.	Mengapa WW tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
21.	Mengapa WW tidak dapat mengatur waktu?	
22.	Mengapa WW tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?	
23.	Bagaimana yang WW lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
24.	Mengapa WW merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang	
25.	Mengapa WW sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	
26.	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana WW mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya?	
27.	Bagaimana cara anda sebagai orang tua WW menuntut WW untuk mendapatkan peringkat di kelas?	
28.	Bagaimana cara anda sebagai orang tua WW untuk melarang/membatasi WW untuk bermain game online jika bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?	
29.	Mengapa anda sebagai orang tua mengarahkan WW untuk mengikuti kursus atau les?	

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber : Sahabat/Teman dekat (MKS)

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa MKS tidak fokus saat melakukan aktivitas?	
2.	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh MKS?	
3.	Mengapa MKS sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?	
4.	Setelah bermain <i>game online</i> apakah MKS, bagaimana cara MKS mengistirahatkan tubuhnya?	
5.	Mengapa MKS merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang	
6.	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?	
7.	Bagaimana cara yang MKS lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala?	
8.	Mengapa MKS sering terbangun pada saat malam hari?	
9.	Mengapa MKS sulit untuk tidur pada malam hari?	
10.	Mengapa raut muka MKS terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?	
11.	Mengapa MKS sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?	
12.	Setelah bermain <i>game online</i> , mengapa MKS kehilangan keseimbangan tubuh?	
13.	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?	
14.	Bagaimana cara yang dapat MKS lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?	
15.	Bagaimana pola makan MKS selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa pola makan MKS tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
17.	Ketika MKS ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang MKS lakukan?	

18.	Mengapa MKS ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ? Mengapa?	
19.	Mengapa MKS lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?	
20.	Mengapa MKS tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
21.	Mengapa MKS tidak dapat mengatur waktu?	
22.	Mengapa MKS tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?	
23.	Bagaimana yang MKS lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
24.	Mengapa MKS merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang	
25.	Mengapa MKS sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	
26.	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana MKS mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya?	

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber : Sahabat/Teman dekat (WW)

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengapa WW tidak fokus saat melakukan aktivitas?	
2.	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh WW?	
3.	Mengapa WW sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?	
4.	Setelah bermain <i>game online</i> apakah WW, bagaimana cara WW mengistirahatkan tubuhnya?	
5.	Mengapa WW merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang	
6.	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?	
7.	Bagaimana cara yang WW lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala?	
8.	Mengapa WW sering terbangun pada saat malam hari?	
9.	Mengapa WW sulit untuk tidur pada malam hari?	
10.	Mengapa raut muka WW terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?	
11.	Mengapa WW sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?	
12.	Setelah bermain <i>game online</i> , mengapa WW kehilangan keseimbangan tubuh?	
13.	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?	
14.	Bagaimana cara yang dapat WW lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?	
15.	Bagaimana pola makan WW selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa pola makan WW tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?	
17.	Ketika WW ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang WW lakukan?	

18.	Mengapa WW ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ? Mengapa?	
19.	Mengapa WW lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?	
20.	Mengapa WW tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
21.	Mengapa WW tidak dapat mengatur waktu?	
22.	Mengapa WW tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?	
23.	Bagaimana yang WW lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
24.	Mengapa WW merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang	
25.	Mengapa WW sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	
26.	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana WW mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya?	

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber : Guru BK (MKS)

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang MKS rasa paling berat?	
2.	Mengapa MKS tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?	
3.	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru terkait materi yang diberikan?	
4.	Menurut MKS, tugas sekolah apa yang paling membebaninya?	
5.	Mengapa MKS terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung?	
6.	Bagaimana kondisi yang dirasakan MKS ketika tidak konsentrasi dalam belajar?	
7.	Bagaimana dengan kondisi dilingkungan rumah MKS, apakah MKS merasa nyaman?	
8.	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?	
9.	Mengapa MKS cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung?	
10.	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa MKS lakukan diluar pelajaran?	
11.	Mengapa MKS biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami?	
12.	Mengapa MKS bermain <i>game online</i> di sela pembelajaran dari rumah berlangsung?	
13.	Bagaimana yang MKS lakukan ketika MKS ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tetapi tidak tahu cara mengerjakannya?	
14.	Bagaimana MKS menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal?	
15.	Mengapa tugas sekolah MKS terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game</i>	

	<i>online?</i>	
16.	Mengapa MKS malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> ?	
17.	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, Mengapa MKS bermain <i>game online</i> secara terus-menerus?	
18.	Mengapa MKS tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
19.	Mengapa MKS tidak dapat mengatur waktunya dalam belajar?	
20.	Mengapa MKS tidak dapat menyelesaikan tugas sekolahnya tepat waktu?	
21.	Bagaimana cara yang harus MKS lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
22.	Mengapa MKS merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?	
23.	Mengapa MKS sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga MKS lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	

LEMBAR WAWANCARA

Nama/Inisial :

Jenis kelamin :

Narasumber : Guru BK (WW)

Hari/tanggal :

Tempat :

NO.	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang WW rasa paling berat?	
2.	Mengapa WW tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?	
3.	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru terkait materi yang diberikan?	
4.	Menurut WW, tugas sekolah apa yang paling membebaninya?	
5.	Mengapa WW terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung?	
6.	Bagaimana kondisi yang dirasakan WW ketika tidak konsentrasi dalam belajar?	
7.	Bagaimana dengan kondisi dilingkungan rumah WW, apakah WW merasa nyaman?	
8.	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?	
9.	Mengapa WW cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung?	
10.	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa WW lakukan diluar pelajaran?	
11.	Mengapa WW biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami?	
12.	Mengapa WW bermain <i>game online</i> di sela pembelajaran dari rumah berlangsung?	
13.	Bagaimana yang WW lakukan ketika WW ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tetapi	

	tidak tahu cara mengerjakannya?	
14.	Bagaimana WW menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal?	
15.	Mengapa tugas sekolah WW terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game online</i> ?	
16.	Mengapa WW malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> ?	
17.	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, Mengapa WW bermain <i>game online</i> secara terus-menerus?	
18.	Mengapa WW tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?	
19.	Mengapa WW tidak dapat mengatur waktunya dalam belajar?	
20.	Mengapa WW tidak dapat menyelesaikan tugas sekolahnya tepat waktu?	
21.	Bagaimana cara yang harus WW lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?	
22.	Mengapa WW merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?	
23.	Mengapa WW sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga WW lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?	

Lampiran 6: Kontrak Pertemuan

Jadwal Pelaksanaan Wawancara

NO	Informan	Nama/Inisial	Hari/Tanggal	Tempat
1	Konseli	MKS	Selasa/8 Februari 2022	Ruang Kelas
		WW	Rabu/9 Februari 2022	Ruang Kelas
2	Orang tua konseli	MKS	Senin/ 14 Februari 2022	Rumah konseli
		WW	Selasa/ 15 Februari 2022	Rumah Konseli
3	Sahabat/teman kelas	MKS	Rabu/16 Februari 2022	Rumah konseli
		WW	Jumat/18 Februari 2022	Rumah Konseli
4	Guru BK	AM	Senin/21 Februari 2022	Ruang BK

Lampiran 7 : INFORM CONSENT

- FORMAT KOMITMEN MKS

FORMAT KOMITMEN PESERTA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

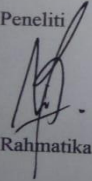
Nama : Muh. Khairul Surya
 NIS : 10572
 Sekolah/Kelas : XI MIPA 6

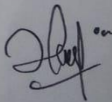
Dengan ini menyatakan :

1. Memahami semua rangkaian kegiatan selama pelaksanaan penelitian studi kasus yang berjudul "Kecanduan *Game Online* Siswa Dan Penanganannya Pada Era Pandemi di SMA NEGERI 13 BONE (Studi Kasus SMA NEGERI 13 BONE)"
2. Bersedia menjadi subjek dalam penelitian tersebut dan bersedia membagi informasi penting tentang diri dan situasi permasalahan saya jika itu memang diperlukan dalam rangka mendalami situasi kasus yang saya hadapi.
3. Bersedia mengikuti tahapan bantuan bimbingan konseling yang diperlukan dalam rangka penuntasan problem yang saya hadapi.
4. Akan bertanggung jawab untuk menyelesaikan semua pekerjaan kelas dan tugas belajar yang mungkin saya lewatkan saat mengikuti sesi layanan yang diberikan dalam penelitian ini.

Demikian ini pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran diri dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Watasampora - Februari 2022

Peneliti

 Aika Rahmatika Asri

Siswa yang bersangkutan


- FORMAT KOMITMEN WW

FORMAT KOMITMEN PESERTA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

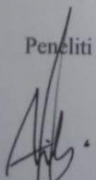
Nama : ~~Willy~~ Willy Witawandani
NIS : 10579
Sekolah/Kelas : SMA 13 Bone

Dengan ini menyatakan :

1. Memahami semua rangkaian kegiatan selama pelaksanaan penelitian studi kasus yang berjudul "Kecanduan *Game Online* Siswa Dan Penanganannya Pada Era Pandemi di SMA NEGERI 13 BONE (Studi Kasus SMA NEGERI 13 BONE)"
2. Bersedia menjadi subjek dalam penelitian tersebut dan bersedia membagi informasi penting tentang diri dan situasi permasalahan saya jika itu memang diperlukan dalam rangka mendalami situasi kasus yang saya hadapi.
3. Bersedia mengikuti tahapan bantuan bimbingan konseling yang diperlukan dalam rangka penuntasan problem yang saya hadapi.
4. Akan bertanggung jawab untuk menyelesaikan semua pekerjaan kelas dan tugas belajar yang mungkin saya lewatkan saat mengikuti sesi layanan yang diberikan dalam penelitian ini.

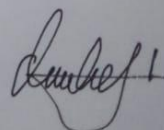
Demikian ini pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran diri dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Peneliti


Aika Rahmatika Asri

Wotung, Februari 2022

Siswa yang bersangkutan



Lampiran 8: Catatan Lapangan

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 01)

Hasil Wawancara

Kode : WWC01/080222/MKS/Ko
 Lokasi : Ruang Kelas (SMA Negeri 13 Bone)
 Teknik : Wawancara (WWC) *di ruang kelas*
 Informan : Konseli (Ko) Nama/Inisial : MKS
 Hari/Tanggal : Selasa, 08 Februari 2022
 Tempat : Ruang Kelas
 Waktu : Pukul 14.30-16.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

MKS salah satu peserta didik di SMA Negeri 13 Bone yang dijadikan sebagai subyek penelitian. Sebelum mengadakan wawancara dengan informan, peneliti terlebih dahulu mengurus persuratan izin penelitian ke Dinas Penanaman Modal dengan membawa proposal penelitian dan surat permohonan izin dari kampus Fakultas Ilmu Pendidikan UNM pada , 02 Februari 2022 surat di disposisi dari Dinas Penanaman Modal kemudian peneliti memasukkan ke SMA Negeri 13 Bone dan mendapatkan izin dari kepala sekolah untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 13 Bone. Peneliti meminta izin kepada guru BK untuk melakukan wawancara bersama MKS. Saat menghubungi MKS untuk menyepakati waktu wawancara, kemudian disepakati wawancara dilakukan hari minggu tanggal 08 Februari 2022 pukul 14.30 WITA

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* pada konseli berinisial MKS.

Keterangan :

P : Peneliti

MKS : Inisial Subyek

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, bagaimana kabarta hari ini?
MKS	Waalaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh iye, alhamdulillah baikji kak.
P	Alhamdulillah, mungkin sudah kita tahu mi apa tujuanku untuk datang kesini dek.
MKS	Iye kak wawancara langsung toh kak
P	Iye dek, siap jaki hari ini wawancara?
MKS	Iye kak siap ji kak
P	Berapa lama waktuta bisa diminta hari ini?
MKS	60 menit mi kak
P	Iye dek, kita mulai mi
MKS	Iye silahkan kak
P	Mengapa anda tidak fokus saat melakukan aktivitas?
MKS	Yang buatka tidak fokus kak, kalau sudah main game langsungka oleng

	kurasakan baru kalau dirumahka main game seringka sambil rebahan baru pas selesaika main tidak fokus ka mauka jatuh baru pernah ada na suruhkan ka mamaku tidak ku dengar apa nabilang kak. Dan pernah kak waktu datang teman/sahabat ku ke rumah untuk kerja kelompok dan kebetulan itu hari kak ada jadwal ku kerja kelompok di rumah, kan kerja kelompok maki ini saya yang bagian ngetiknya pada saat ngetik ka ini kenapa itu yang ku ketik ka malah bukan yang di suruhkan malah ngetik sembarang karena pusing mi kepala ku di situ kak baru ngantuk sekali ma juga.
P	Bagaimana keseimbangan tubuh anda setelah bermain game online?
MKS	Yah begitu kak tidak enak kurasa badanku kayak mauka jatuh baru sering sakit kepalaku juga kak.
P	Mengapa anda sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Sulit sekali kurasa kak karena capek sekaligus kalau sudahka main game, kalau sudahka main game kak langsungja itu tidur.
P	Bagaimana cara anda mengistirahatkan tubuh anda setelah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kalau saya kak caraku kasi istirahat tubuhku dengan cara pergi tidur karena cocok sekali mi itu kak kalau sudahki main game langsung enak kurasa kalau tidur ka.
P	Mengapa anda merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang
MKS	Iye kak sakit sekali kepalaku kak karena biasanya itu pengaruh cahaya hp dan caraku main hp terlalu dekat jadi itu langsung sakit i kepalaku baru apalagi kalau begadang sampai ka subuh main pasti mulai mi pudar penglihatan ku dan hilang konsentrasi ku main game online dan melakukan aktivitas lainnya. Dan kalau sakit begitu mi kak apalagi kalau paginya ada pelajaran onlineku, dan pada saat itu kan di mulai mi pelajaran to dan yang na jelaskan guru waktu itu tidak bisa ka fokus karena ngatuk dan sakit kepala ku kak.
P	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
MKS	Seperti berdenyut denyut kurasakan kepalaku kak baru migrain juga kak paling sering ma begitu kak.
P	Bagaimana cara anda untuk mengatasi rasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kalau caraku kak tidak adaji yang terlalu lebih sekali kak, tapi biasanya baringja biasa kak atau pergika makan.
P	Mengapa pada malam hari anda sering terbangun untuk bermain <i>game online</i> ?
MKS	Refleks ja biasa kak karena sering sekaligus terbangun kalau tengah malam tapi biasa juga tidak tidur ka kak begadangka sampai subuh, baru biasa ada temanku yang ajak ka jadi main ka.
P	Mengapa anda sulit untuk tidur pada malam hari?
MKS	Yah karena itu mi kak ku suka sekali main game baru kalau tengah malam semakin bagus jaringan.
P	Mengapa raut muka anda terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?
MKS	Karena tidak ada tidur ku kak keliatan tidak segar mi muka ku kak kalau begadang ka.
P	Mengapa anda sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena kan itu fokusku kak sebelumnya main game tangan ku pegang hp

	baru serius sekali ka main kak untuk menang, jadi itumi kak kalau selesaima main tidak fokus ka kak baru olengma itu kak.
P	Bagaimana yang anda rasakan setelah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Yang kurasakan kalau sudahka main game kak pusing, sakit kepala, tidak konsentrasi ka, oleng ka juga kak, sakit juga tangan ku kak. Itu cahaya hp juga kak buatka sakit kepala.
P	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?
MKS	Sakit kepala dan pusing kak sering ka begitu kak kalau sudah ma main game.
P	Bagaimana cara yang anda lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?
MKS	Dengan cara pergika tidur kak atau baringka saja kak sama pergika juga makan. Kalau itu caraku kak lumayan berkonsentrasi ma lagi.
P	Bagaimana pola makan anda selama anda mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
MKS	Kalau soal mangingai makan semenjak mengenal main game online to kak, yang kurasakan itu kak pola makan ku biasanya 3 kali dalam sehari dari sarapan, siang dan malam kak tapi semenjak saya mengenal game online PUBG saya mulai malas makan kak karena dengan keseruan yang saya rasakan pada saat bermain game online saya merasa melupakan waktu kak jadi semenjak saya mengenal permainan game online PUBG pola makan saya menjadi sehari itu biasanya kan 3 kali sekarang biasanya itu satu sampai dua kali kak dalam sehari.
P	Mengapa pola makan anda tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
MKS	Karena begitumi kak sering sekalimaka main game online jadi tidak teratur mi makan ku, biasaji juga na suruhka mamaku makan, tapi kalau sementara main game ka kak, sayang sekali kurasa tinggalkan sementara main game ka kak.
P	Mengapa anda ingin memperoleh nilai yang tinggi dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena dalam bermain game online kak ada yang namanya beradu prestasi seperti KD dan point atau rank yang tinggi, itu kenapa mau sekali ka tinggi nilai ku atau point ku kak supaya kalau na lihat akun ta orang atau karakter ta kak pasti na bilangi ki jago kak jadi kalau main game ka harus ka fokus di dalam game karena ada target ku yang mau saya kejar yaitu naik rank manjadi concueror bisa di bilang rank yang tertinggi mi itu kak.
P	Mengapa anda ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena game online PUBG yang ini lebih menarik dari pada game online lainnya kalau bagus point ta dan KD ta to pasti na puji ki kak, jadi kanapa selalu ka bersemangat main game online sampai main terus-menurus ka karena supaya bisa ka dapat point yang bagus dan KD yang bagus juga ka jadi setiap hari maka main game itu kalau ada waktu ku kosong pasti ku isi dengan main game online biar pun solo ka main ka agar bisa ka dapat target ku yang selama ini ku kejar ka yaitu sampe ke rank concueror karna kalau sampai maki di concueror karena di conceoror itu kak 500 player terbaik di dunia jadi tidak sembarang itu dan mudah bisa sampai ke situ jadi berusaha maka ini untuk capai itu kak supaya di akui ka sama orang-orang dan di bilangi GG tawwa MKS. hahaha
P	Mengapa anda lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena sudah kebiasaan maka main game dan dari kecil maka juga main game online dan apalagi game online pasti lebih bersemangat ka main na hilangkan juga rasa bosan ku kak gamenya karena di dalam gamenya bisa ki

	main sama teman atau orang lain seluruh indonesia kak jadi yang bikin semangat ka main gamenya ka itu banyak player yang jago dan banyak juga player yang lucu dan bisa ka juga belajar dari player-player lain tentang strategi mainnya agar bisa ka lebih handal lagi mainnya kak dan itu juga kak na ajak temanku main jadi ikutma main juga kak. Jadi kalau soal game PUBG pasti semangat ka main game kak.
P	Mengapa anda tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena dari dulu ka juga main game dari kecil ma main game ka dan bapak juga waktu masih kecil sering ka na belikan mainan tembak-tembak dan na belikan ka juga game PS dari PS1 dan PS2 baru kebanyakan game ku juga game tembak-tembak itu kenapa suka sekali ka main game ini kak game online PUBG yang dasarnya itu game tembak-tembakan kak jadi kalau main game ma pasti semangat sekali maka dan pasti lebih fokus ka dari pada aktivitas lain karena kalau di dalam game maka kayak ku hayati sekali gamenya karena seru,emosi dan senang tercampur aduk kak jadi kalau di bilang soal susah ka kendalikan i
P	Bagaimana bisa anda tidak dapat mengatur waktu?
MKS	Kalau soal untuk mengatur waktu Sebenarnya bisa ji kak tapi kalau takala main game maka susah ma untuk berhenti karena seru banyak teman ku ajak ka juga main ka jadi kalau soal mengatur waktu ya yang ku gunakan waktu kosong ku hanya untuk mian game dan main game ka juga pada waktu ada yang saya kerja ka seperti kerja tugas atau pembelajaran online kalu bosan ma maka itu pembelajaran online pas sempat-sempat ka main game dan ku matikan kamera zoomnya baru main ka dan tidak ka kurasa jaga waktu ku soal makan karena kalau main maka ka kulupa mi makan ka atau lapar sekali paka baru makan ka jadi kalau soal atur waktu ku semenjak main game online susah mi kak.
P	Mengapa anda tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?
MKS	Karena itumi kak kalau main game maka sampe malam dan kalau capek maka main game pasti istirahat ka dan ketiduran ka kak. Dan kalau soal menyelesaikan tugas, kalau tugasnya seperti matematika pasti tidak ku kerja mi kak dan kalau mau ma kerja juga dan tidak ku tau pasti main game ka lagi karena kalau itu ku fikir sakit ji kepala ku kak.
P	Bagaimana cara yang anda lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?
MKS	Dengan cara ku harus ka fokus kembali dan konsentrasi lagi kak karen kalau tidak fokus ka sama tugas susah ka untuk mengerti jadi harus ka pahami dulu bagaimana tugas tapi kalau pelajaran matematika aduuh kalau yang itu ka pasrah ma atau nyontek ka saja sama teman ku tapi kalau datang malas ku kerja tugas pasti berhenti ka kerjai i kak dan pasti main game maka lagi untuk kasih kembali mood ku atau kesenangan ku kak.
P	Mengapa anda merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?
MKS	Karena saya kan cepat bosan mengerjakan tugas yang tidak ku tahu apalagi kalau tugas matematika yang ku kerjakan terus tambah malas ma kak bukan ji hanya saya, tapi teman-teman juga ka suka mengeluh soal metode pembelajaran yang monoton apalagi saya yang orangnya tidak terlalu suka sama tugas matematika yang di berikan , baru saya juga kalau malas begitu ma tidak terlalu ku perhatikan ji guru yang menjelaskan ka kak. Baru na ajakma juga temanku juga terus main game online kak jadi ikutma juga main kak.
P	Mengapa anda sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?
MKS	Bagaimana tidak mau mengeluh kak kalau yang di berikan guru

	kebanyakan tugas na kasih ki belum pi yang satu di selesaikan ada lagi tugas sama guru yang lain karena dari itu mi kalau banyak sekali maki na kasih guru tugas sekolah. Malas sekali dan bosan kurasakan jadi lebih baik main game online maka saja karena kalau main maka pasti hilang semua yang ku pikirkan dan hanya lebih fokus main game kalau soal tugas di belakangpi karena bikin malas juga ada guru na kasih ki tugas yang tidak pernah di jelaskan atau di kasih materi dan tiba-tiba ada tugasnya gara-gara itu ji yang bikin malas kalau di kasih maki tugas dan teman ku juga banyak yang mengeluh soal tugas banyak yang di berikan.
P	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana dukungan dari orang lain mengenai proses belajar anda?
MKS	Saat pandemi yang sekarang pembelajaran itu online atau belajar di rumah dan dukungan yang dapatkan itu dari orang tua ku kak. Dari orang tua yang dukung saya saat proses pembelajaran dibilang ke saya, nak sekarang itu jamannya semua online jadi mulai dari sekarang kau harus giat lagi belajar dan kurang-kurangi juga main game online mu karna kalau kau main game terus tidak akan fokus ko itu sama pelajaran mu nak. Itu kak dukungan dari orang tua ku kak. Tapi itu kak tidak fokusma mengerjakan tugas karena saya tidak bisa ka di paksa untuk belajar
P	Bagaimana tanggapan orang tua anda mengenai anda untuk mendapat peringkat di kelas?
MKS	Tanggapan dari orang tua saya kak dengan cara na ingatkan terus belajar supaya bagus nilai ku di sekolah dan jangan terlalu sering main game agar dapat peringkat di kelas dan usahakan juga harus mementingkan sekolah dari pada main game online.
P	Bagaimana cara orang tua anda ketika melarang anda untuk bermain game online jika anda bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?
MKS	Dengan cara orang tua saya menegur saya kak, ibu ku itu yang tegur dengan bilang jangan main game terus. Selalu ma di tegur untuk berhenti main game online.
P	Bagaimana cara orang tua anda mengarahkan anda untuk mengikuti kursus atau les?
MKS	Orang tua ku na suruhka untuk masuk les bimbingan begitu kak, karena selalu rendah di pelajaran hitung-hitung kak, jadi na suruh ka mama ku untuk ambil les matematika karena rendah nilai ku tapi sejujurnya kak malas ka ikut-ikut les begituan ka karena tidak terlalu bisa ka kalau soal pelajaran matematika sakit kepala lu hitungan tapi mama ku na paksa terus ka ikut les baru saya kak tidak ku suka kalau di paksa-paksa ka apalagi yang tidak ku suka jadi kalau na suruh maka itu ambil les matematika pasti banyak alasan ku supaya tidak ikut ka les yang na suruhkan ka mama ku kak. Lebih ku sukaji main game kak sudah menjadi kesenangan.
P	Apakah anda mengetahui tentang kecanduan <i>game online</i> ?
MKS	Kecanduan game online itu kak menurutku melakukan secara terus menerus atau bermain game online secara terus menerus dengan jangka waktu yang lama.
P	Apakah anda pernah melakukan cara/alternatif untuk kecanduan game online anda berkurang?
MKS	Sebelumnya tidak ada kak, kalau berhentika main game online pergika tidur baru kalau bangunma lagi kak.
P	Apakah sebelumnya anda pernah melakukan proses konseling?
MKS	Belum pernah ka kak melakukan proses konseling
P	Apakah anda bersedia mengikuti proses konseling?
MKS	Iye kak bersedia ka

P	Bagaimana dengan kesepakatan pertemuan perminggunya. Hari apa saja yang disepakati?
MKS	Dari kita ji kak kapan bisa ta, ada terus ji waktu ku kak kecuali kalau itu kak kerja kelompokka
P	Kapan dan dimana kita memulai proses konseling ini?
MKS	Terserah ji kak kita bagaimana.
P	Apakah anda pernah mendengar teknik <i>Self Management</i> ?
MKS	Tidak pernah pa kak sebelumnya dengar kak, kita mi itu bilang kak baruka dengar
P	Mendengar kata <i>Self Management</i> apa yang terbayang di pikiran anda?
MKS	Kalau menurutku kak kan itu self management, itu self bahasa indonesianya diri sendiri to kak lalu management ya manajemen ji juga kak. Jadi manajemen diri sendiri kak
P	Apakah anda siap untuk melakukan <i>Self Management</i> sebagai alternatif untuk menurunkan kecanduan game online anda?
MKS	Iye kak siap, karena mauka turunkan ini kecanduan game online yang kualami karena berpengaruh sama pelajaranku di sekolah kak, malas ma kerja tugas sekolah, terhambatmi juga, baru sering ku tunda.
P	Mengapa anda cenderung menyalahkan orang lain ketika mendapat masalah?
MKS	Saat main game ka kak kalau kalahma itu ku sering sekali ku salahkan mi temanku, karena gagal ka kak padahal mungkin bukan gara gara temanku kalahka kak.
P	Saat bermain <i>game online</i> , mengapa anda biasa melampiaskan kemarahan anda dengan lawan main anda?
MKS	Sering sekali ka kak kulampiaskan sama orang orang yang kutemani main kak karena emosika masa kalah ki padahal hampir ki menang gara-gara diami kalah. Baru saya kan kak orangnya cepat naik emosi ku yang penting ada yang tidak sesuai apa yang ku suruhkan apalagi kalau kalah ki kak main game pasti marah-maraha ka sama teman ku kak, dan setelah itu kak sudah ka marah pasti lebi sering ka diam lalu pergi maka dari rumahnya teman ku kak atau berhanti ka main game kak.
P	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan saat anda melampiaskan kemarahan anda dengan lawan anda?
MKS	Seperti marah dan emosi kak. Ku kata-katai mi juga disitu bicara kasarka, emosi sekalima kak.
P	Saat anda merasakan keseruan dalam bermain <i>game online</i> , mengapa anda pernah melakukan tindakan atau gerakan yang tidak terkendali?
MKS	Karena seru sekalimi kak jadi tidak terkontrolmi biasa seperti pukul-pukul meja atau berteriak-teriak keras. Pernah ka na marahi mamaku kak karena berteriak –teriak ka.
P	Bagaimana reaksi anda ketika anda kalah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kecewa, marah, merasa kesal ka sama orang yang kutemani main game kak karena tidak becus i na lawan itu orang lain gara-gara diami kalah ki.
P	Bagaimana respon teman anda atau lawan main anda saat anda membanting barang di dekat anda ketika kalah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Responnya itu na marahi ka kak bilang i weh jangan begitu nanti rusak itu bisa memang muganti rugi itu. Baru na tenangkanma kak.
P	Mengapa anda sangat tertarik dan suka bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena dari dulu memang kak dari kecil senang sekali ka main game, dari waktu jaman ps kak sampai sekarang bisa miki di hp. Ku suka sekali kak apalagi tentang perang-perang begitu kak.
P	Bagaimana pendapat orang tua anda mengenai anda yang sangat suka

	bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kalau orang tua ku kak sering ma na larang, apalagi kalau itu terus ku bikin na larang sekaligus karena na bilang terhambat semua tugas sekolahku. Tapi tetapja main game kak di kamar kak sembunyi-sembunyi ka.
P	Mengapa orang tua anda tidak memperdulikan anda ketika anda secara terus menerus bermain <i>game online</i> ?
MKS	Orang tua ku seringma na larang tapi tetapja main game juga.
P	Mengapa anda tidak tenang ketika tidak menang dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Tidak tenang sekaligus kalau begini saya kak. Karena kalau menang ki kak semakin jago ma mainkan itu PUBG, baru itu kak ada keuntungannya dapatki kayak poin lagi baru ada hadiahnya juga.
P	Bagaimana cara anda agar anda dapat mempertahankan keunggulan dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Dengan harus selalu konsistenka main kak baru tim ku juga harus bisa jago juga, sama selalu berpikiran harus menang ku lawan itu lawanku kak.
P	Mengapa anda tergesa-gesa ketika tidak mempertahankan prestasinya dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena setiap pemain game online pasti akan mengejar prestasi atau performa yang bagus untuk ingin diakui kak, bahwa pemain itu hebat i kak.
P	Mengapa anda sangat yakin bahwa anda paling bisa diandalkan dalam bermain <i>game online</i> diantara yang lain?
MKS	Begini kak karena saya kan punya prestasi dan performa yang hebat dalam bermain game online lebih dari temanku kak.
P	Bagaimana kondisi yang anda rasakan saat kalah dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kondisi yang kurasakan kak itu pasti marah dan jengkel ka karena saya dan tim saya sudah ma keluarkan permainan yang cukup bagus, tapi masih bisa kalah ka kak.
P	Mengapa anda cenderung mengucapkan kata- kata kasar dan kotor ketika diganggu bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena dalam bermain game online itu rata-rata orang seperti itu kak, jadi ikutma juga refleks begitu dan begitu ma terus sampai sekarang kak.
P	Mengapa anda menyalahkan lawan main atau teman ketika kalah?
MKS	Karena sudah kugunakanmi taktik atau strategiku kak, tapi temanku malah dia tidak mendengar apa yang kuperintahkan terus na abaikan ka. Padahal demi kebaikan ji ini supaya menang ki kak.
P	Mengapa anda merasa tertekan dan raut wajah memerah ketika ada yang mengganggu bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena saya kak orangnya itu cenderung mudah marah dan cepat naik emosiku apalagi seriuska main game online
P	Bagaimana respon teman anda yang lain terkait anda yang menyalahkan lawan main anda?
MKS	Kalau responnya temanku itu kak ikut juga menyalahkan lawan main kak, karena lawan main ku kak timnya ada yang pakai cheat atau bermain curang, jadi otomatis kerugian yang kudapatkan itu turunya KD atau skill saya kak. Dan hal yang merugikan lainnya kak.
P	Mengapa anda cenderung mengejek teman atau lawan main ketika kalah bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena lawan main ku kak caranya main game online kurang bagus, jadi saya sama temanku kubilang bilangi kak. Atau sebaliknya tim ku sama

	temanku mainnya kurang baik dan lawan main mengejek tim ku kak.
P	Mengapa anda merasa ingin menghindar dan pergi ketika kalah dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena kak keadaanku yang kurasa sudah cukup bagus, tapi tetap kalah karena lawan main ku lebih hebat i daripada saya, jadi mental saya drop karena permainan tadi dan lebih kupilih menghindar kak.
P	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang anda rasa paling berat?
MKS	Yang paling berat kurasa kak pelajaran matematika
P	Mengapa anda tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?
MKS	Bagaimana ya kak, saya kan orangnya itu kak bisa di bilang tidak paham apa yang di jelaskan atau apa yang disampaikan oleh Guru di kelas apa lagi sekarang kak zamannya Corona kan pasti online/daring pasti semua mata pelajaran kak jadi begini kak cepat bosan kalau belajar melalui daring kak.
P	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru terkait materi yang diberikan?
MKS	Na suruhka ulang-ulangi kembali materi pelajaran yang diberikan karna na bilang guru ku kak susah dicerna materi dari pelajaran, apalagi belajar ki kak lewat aplikasi zoom,meet dan WA.
P	Tugas apa yang menurut anda paling membebani anda?
MKS	Tugas pelajaran matematika kak karena kalau angka-angka saya kurang suka kak dan juga kurang mengerti kak hahaha.
P	Mengapa anda terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung?
MKS	Karena pasti mengganggu kak apalagi sekarang kak zamannya online kan harus fokus dan dengarkan lebih jelas guru ta menjelaskan jadi kalau ada ribut sedikit hilang fokus ta kak apa lagi kalau jaringan tidak bagus pasti jengkel sekali ma kak belum suara ribut baru saya rumah ku sama tetanggaku berdekatan semua kak jadi banyak anak-anak suara motor dan itumi biasa kasih malas ka pelajaran online kak.
P	Kondisi-kondisi apa saja yang anda rasakan ketika tidak konsentrasi dalam belajar?
MKS	Kondisi yang saya rasakan itu kak jengkel sekali ka karena gara-gara banyak orang dekat rumah kebetulan rumah ku dekat jalan raya kak dan pasti ribut kak kalau dalam belajar ka beda kurasa kak karena tidak konsentrasi ki di rumah karena itumi kak susah ka konsentari kalau dirumah belajar.
P	Bagaimana dengan kondisi di lingkungan rumah anda?
MKS	Kondisi rumah kak biasa biasa ji kak hahaha
P	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?
MKS	Memberikan tugas dan juga kak menjelaskan tapi kebanyakan memberikan tugas saja kak
P	Mengapa anda cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung?
MKS	Karena kak bosan ka belajar online dan fikiran ku ke game terus jadi pelarian ku kak kebanyakan kalau bosan ka belajar online itu pasti main game online ka kak sebagai penghilang bosan ku dalam belajar online.
P	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa anda lakukan diluar pelajaran?
MKS	Hal yang kulakukan kak itu bermain game online karena senang sekali kak berman game online.
P	Mengapa anda biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami?

MKS	Karena kebanyakan waktu ku bermain game kak apalagi waktu malam kurang tidur jadi kalau guru memberikan tugas kak pasti tidak fokus kak kerjakan tugas yang di berikan karena ngantuk.
P	Mengapa anda bermain <i>game online</i> di sela pembelajaran dari rumah berlangsung?
MKS	Karena merasa jenuh dan bosanma kak jadi bermain game online ma. Ku matikan saja kameraku di sela pembelajaran pada saat zoom dan google meet kak.
P	Bagaimana cara anda ketika anda ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tetapi tidak tahu cara mengerjakannya?
MKS	Caraku itu kak dengan harus fokus karena kalau ada suara yang mengganggu kudengar tidak fokus ka kak dan itu juga kuliat tugas sekolahnya temanku kalau tidak kutau kak haha.
P	Bagaimana anda menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal?
MKS	Dengan cara ikut berbaur dengan ketentuan yang berlaku di sekolah, ikutja saja menyesuaikan diri kak.
P	Mengapa tugas sekolah anda terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game online</i> ?
MKS	Iye kak, karena sudah jadi kebiasaanku kak bermain game online yang akibatnya tugas sekolahku selalu terhambat dan sering ka menunda untuk mengerjakannya kak, karena sudah kebiasaan ku mi itu kak main game online biar di rumah ka main game terus ka jadi kalau soal tugas ku yang di berikan sama guru kak terlambat ka kerja i atau kalau tidak ku tahu tidak ku kerja mi saja kak karena tidak mengerti ka apalagi mata pelajaran matematika banyak tugas tidak selesai ku kerja karena tidak mengerti ka jadi banyak mi tugas ku terhambat karena itu mata pelajaran yang menurut ku susah. Kalau misalnya masih lama dikumpul tugas sekolah, maupi dikumpul itu tugas baru kukerjakan kak.
P	Mengapa anda malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena itumi kak selalu ka menunda mengerjakan tugas dan kalau ku pegang hp ku kak refleks ka mau bermain game online.
P	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, bagaimana cara anda mengatur waktu anda dengan aktivitas lain anda?
MKS	Dengan cara main game online dulu kak lalu kerjakan tugas sekolah yang di berikan oleh guru selesai tidur ka setelah bangun, makan nonton you tube kalau bosan maka main game online ka lagi hahaha
P	Mengapa anda menghabiskan waktu dengan bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena sudah kebiasaan mi kak dari kecil jadi sampai sekarang lebih kuhabiskan waktuku itu hanya bermain game online.
P	Bagaimana tanggapan kedua orang tua anda mengenai anda yang hanya fokus bermain <i>game online</i> saja?
MKS	Marah kak kalau kebanyakan ka bermain game online terus menurus
P	Mengapa anda ingin terus memainkan game online sampai menang jika anda kalah?
MKS	Karena disinimi letak keseruannya main game online menang kalah itu sudah biasa kalau kalah ka malah tambah panas ka mau terus ka main sampai menang.
P	Bagaimana tanggapan teman anda mengenai anda yang hanya fokus bermain <i>game online</i> ?
MKS	Tanggapannya temanku kak biasa ji karena dia juga suka ji juga main game online jadi kalau mau temanku mabar ikut maka juga main game online kak.

P	Saat bermain game online, mengapa anda hanya bermain <i>game online</i> dirumah saja?
MKS	Selain di rumah ka main game online sering ka juga main di luar misalnya di tempat nongkrong sama temanku kak
P	Mengapa anda kurang berbaur dengan masyarakat karena hanya bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena main game online itu lebih cukup kak temani ka untuk mengisi keseharianku.
P	Mengapa anda cenderung lebih ingin menyendiri?
MKS	Karena tidak mau ka diganggu sama orang lain apalagi pada saat main game online, tapi itu kak pernah ja juga nongkrong sama temanku. Itu kalau menyendirika kak mau ka fokus.
P	Bagaimana kondisi yang anda rasakan ketika fokus bermain <i>game online</i> ?
MKS	Yang kurasakan itu lebih tenang dalam bermain game online kak agar bisa ka chicken yang itu kalau menang ki dalam game PUBG.
P	Bagaimana respon tetangga anda jika melihat anda hanya fokus bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kebetulan kak rumahku dekat rumahku itu tidak memikirkan apa yang saya lakukan.
P	Bagaimana suasana saat anda bermain <i>game online</i> ?
MKS	Kalau solo ka suasananya itu senang tapi sama dengan teman tim di gameku kak itu lebih seru dan menyenangkan karena banyak sama ka teman ku kak.
P	Mengapa anda membutuhkan biaya untuk bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena kalau main game online ka harus pakai jaringan internet jadi beli kak kuota internet.
P	Berapa kali anda membeli kuota internet dalam 1 bulan untuk bermain <i>game online</i> ?
MKS	1 atau 2 kali kak karena kalau 1 kali itu kak full main game tanpa update kak karena kalau 2 kali banyak na pakai kuota untuk update game online menjadi lebih baik kak.
P	Bagaimana penyebab sehingga anda bermain <i>game online</i> secara terus-menerus?
MKS	Penyebabnya itu kak karena game PUBG itu gamenya main tembak-tembakan, sudah dari dulu ka waktu kecil suka main game tembak-tembakan atau perang-perangan. Selain itu penyebabnya kak ajakan temanku untuk bermain game PUBG online.
P	Mengapa anda biasa merasa malas mengerjakan tugas sekolah dan lebih mementingkan bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena sudah terbiasa kak bermain game online sehingga tugas sekolah ku cenderung terhambat dan juga tertunda kak.
P	Bagaimana perasaan anda ketika teman anda mendapatkan juara dalam bermain <i>game online</i> ?
MKS	Perasaanku itu merasa senang apalagi teman timku karena medapatkan prestasi di timku kak intinya senang dan merasa bangga.
P	Menurut anda, mengapa anda merasa gelisah jika tidak bermain <i>game online</i> dalam sehari?
MKS	Karena kalau tidak main ka dalam sehari kak merasa bosan ka karena sudah kebiasaan mi aktivitas ku dalam sehari-hari.
P	Mengapa anda memainkan <i>game online</i> hanya 1 saja?
MKS	Karena game PUBG itu kak game tembak-tembakan dari dulu ji suka main tembak-tembakan jadi sampai sekarang dari dulu sukanya game seperti itu kak contoh PUBG karena bisa bermain sama temanku kak.

P	Menurut anda mengapa <i>game online</i> dapat melarikan diri dari masalah?
MKS	Karena kak game online sebagai penghilang stres ku dan sebagai pelampiasan langsung kulupakan masalahku kak karena itu game online mempunyai kesenangan tersendiri.
P	Mengapa anda merasa murung ketika sedang <i>offline</i> , yang mana perasaan itu hilang ketika bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena pada saat itu tidak ada kuota dan tiba-tiba kurang bagus jaringan internet, jadi gelisah dan murung maka disitu kak
P	Mengapa jika anda kalah dalam bermain <i>game online</i> anda harus kembali bermain <i>game online</i> untuk membalas kekalahan?
MKS	Karena disitumi letak keseruannya kak kalau kalah ka pasti panas mau main lagi sampai menang dan puas kak.
P	Ketika merasa stress mengapa anda memilih <i>game online</i> ?
MKS	Karena menurutku kak game online itu sebagai penghilang stres kalau ada masalah yang ku hadapi.
P	Mengapa anda senang memainkan <i>game online</i> yang tertantang untuk melawan musuh?
MKS	Karena semakin kuat musuh kak semakin semangat ka main untuk bisa ka sehebat musuh ku dan ku pelajari tehnik-tehnik tim musuh ku kak.
P	Mengapa <i>game online</i> mengharuskan anda untuk membeli UCI atau sebagai penukaran uang (Top up)?
MKS	Karena untuk mempercantik dan memperbagus karakter ku di dalam game online PUBG.
P	Mengapa harus membeli UCI dalam Skin <i>game online</i> ?
MKS	Karena sebagai memperbagus karakterku kak kalau semakin bagus karakter ta kak semakin banyak yang hargaiki orang bisa di bilang gengsi kak.
P	Mengapa anda pernah berbohong dan mencari alasan untuk meminta uang membeli kuota bermain <i>game online</i> ?
MKS	Karena mengapa ka berbohong sama orang tua ku kak karena sering ka bagadang sampai tengah malam dan marah orang tuaku apalagi bapak pasti namarahi ka dan tidak mau ka na belikan lagi kuota karna itu kak jadi tidak jujur ka sama orang tua ku tapi tidak selalu ji juga kak hahaha.

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 02) Hasil Wawancara

Kode : WWC02/140222/SM/OT
 Lokasi : Rumah Konseli
 Teknik : Wawancara (WWC) di rumah konseli
 Informan : Orang Tua (OT) Nama/Inisial : SM
 Hari/Tanggal : Senin, 14 Februari 2022
 Tempat : Rumah Konseli
 Waktu : Pukul 14.30-16.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

SM merupakan ibu kandung dari MKS (Konseli) yang dijadikan sebagai sumber informasi untuk menguji hasil validitas wawancara yang telah dilakukan bersama konseli. Sebelum mengadakan wawancara dengan informan, peneliti terlebih dahulu mewawancarai konseli untuk mendapatkan gambaran kecenderungan perasaan kecanduan *game online* yang dialaminya yang kemudian data dicocokkan berdasarkan pengakuan dari ibunya secara langsung selaku keluarga. Peneliti menanyakan kesiapan SM untuk diwawancarai langsung. Sebagai perantaranya, kemudian disepakatilah waktu wawancara dilakukan pukul 14.30 WITA.

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* pada konseli berinisial MKS.

Keterangan :

P : Peneliti
 SM : Inisial Informan

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum ibu, bagaimana kabarnya hari ini bu?
SM	Waalaiikum salam nak, Alhamdulillah baik nak.
P	Ohiye ibu, perkenalkan saya Aika ibu. Salam kenal bu.
SM	Salam kenal nak.
P	Ohiye ibu, sebelumnya ibu sudah tahu tujuan saya datang kesini bu?
SM	Ohiye, tadi MKS sampaikan katanya Aika mau wawancara dengan ibu
P	Iye betul bu, saya mau wawancara terkait MKS
SM	Ohiye bisa nak, silahkan
P	Iye bu, berapa lama waktu yang ibu inginkan untuk wawancara hari ini? Saya menawarkan waktu sekitar 45-60 menit. Apakah ibu setuju?
SM	Iye begitu nak
P	Ohiye bu, sudah bisa saya mulai bu?
SM	Iye nak silahkan
P	Mengapa MKS tidak fokus saat melakukan aktivitas bu?
SM	Karena MKS itu kulihat kebanyakan main gamenya nak dari pada melakukan aktivitas lainnya nak
P	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh MKS bu?
SM	Keseimbangan tubuhnya itu setelah bermain game online dan yang kuliat keadaan MKS mata memerah, loyo kuliat.
P	Mengapa MKS sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain game online bu?
SM	Karena MKS itu na kuliat terus menerus main gamenya dari pada melakukan aktivitas lain

	dan setelah main game onlinenya itu pasti dia pergi tidur.
P	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana cara MKS mengistirahatkan tubuhnya bu?
SM	Setelah main game online nak langsung pergi tidur.
P	Mengapa MKS merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> bu? apalagi pada saat begadang
SM	Iye nak, pernah memang itu dia pernah mengeluh sakit kepalanya karena sudah main game itu yang di hpnya jadi ku kasih mi obat sakit kepala nak. Pernah memang kutanya jangan selalu main game-game itu sakit mi kepalanya.
P	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ibu ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
SM	Kondisinya itu nak yang pernah ku lihat tidur terus di kamar dan matanya memerah.
P	Bagaimana cara yang MKS lakukan ibu ketika merasa pusing dan sakit kepala?
SM	Kalau yang saya lihat nak pasti dia ke saya minta obat sakit kepala dan ke kamar pergi tidur.
P	Mengapa MKS sering terbangun pada saat malam hari bu?
SM	karena berapa kali saya dapat itu anak kalau saya bangun tengah malam pasti kedapatan main <i>game online</i> di kamarnya.
P	Mengapa MKS sulit untuk tidur pada malam hari bu?
SM	Iye nak karena itu main game.
P	Mengapa raut muka MKS terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari bu?
SM	Karena dia begadang main game nak.
P	Mengapa MKS sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi bu setelah bermain <i>game online</i> ?
SM	Karena dia main game terus nak kurang itu tidurnya kalau malam jadi dia MKS sulit kosentrasi nak
P	Setelah bermain game online, mengapa MKS kehilangan keseimbangan tubuh bu?
SM	Karena kurang tidur kalau malam dan makan juga tidak teratur nak
P	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan bu ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?
SM	Merasa pusing dan penglihatannya mulai kabur. Karena dia pernah bilang ke saya nak.
P	Bagaimana cara yang dapat MKS lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali bu?
SM	Caranya itu dengan banyak banyak istirahat, tidur yang cukup nak.
P	Bagaimana pola makan MKS selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> bu?
SM	Itu anak semenjak kenal game-game mulaimi malas makan, tidak teratur mi makan, sampai pernah itu kejadian sakit sekali perutnya dia kasi tahu ka ternyata baru 1 kali makan dan ada juga sakit maagnya. Karena main game terus na kerja, kalau dipanggil makan bilang saja “sebentarpi”. Malas memang makan, lebih seringji main game. Baru lapar sekali pi baru makan i.
P	Mengapa pola makan MKS tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> bu?
SM	Karena kurang tidurnya apalagi di era pandemi dia sering begadang, jadi tidak teraturmi pola makannya.
P	Ketika MKS ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang MKS lakukan bu?
SM	Saya juga kurang tahu soal begitu nak, karena saya juga paham tentang game online yang dia mainkan.
P	Mengapa MKS ingin diakui ibu jika menang dalam bermain <i>game online</i> ? Mengapa?
SM	Sering ji kulihat main game na pegang terus hpnya, tapi kurang tahuka itu nak kalau tentang gamenya.
P	Mengapa MKS lebih bersemangat bermain <i>game online</i> bu?
SM	Karena bapaknya dia belikan PS ini anak waktu kecil jadi sampai sekarang itu anak kalau main game selalu senang.

P	Mengapa MKS tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> bu?
SM	Karena sudah kebiasaan dari kecil itu nak begitu memang kalau kularang i pasti tetap lanjut itu main game nak dan itu juga nak kan bapaknya MKS waktu kecil na belikan itu PS sedding namanya. Semenjak saya kasih belikan HP ada game juga sering sekali na maini ku lihat biar di marahi tetap masih main dan makannya juga tidak teratur mi semenjak itu main game di HP mulai mi tida bisa na kendalikan aktivitasnya yang lain kecuali bermain game di hpnya sampai-sampai begadang i nak.
P	Mengapa MKS tidak dapat mengatur waktu bu?
SM	Karena itu anak sering sekali main game kalau di rumah kalau malam itu juga keluar mi sama temannya pergi main game, karena izinji di saya atau di bapaknya kalau mau keluar.
P	Mengapa MKS tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu bu?
SM	Karena dia itu main game terus baru kurang waktunya untuk tidur jadi paginya itu dia seperti orang mengantuk dan bagaimana juga mau na kerja tugasnya kalau pagi seperti orang capek kulihat. terus dan dia yang ingat cuman game game di kepalanya. Dan itu MKS kalau sakit kepalanya tidak na kerja mi tugasnya karena tidak bisa na kerja tugasnya atau na tunggu datang temannya kerumah baru kerjai tugasnya kebetulan sahabatnya itu dekatji rumahnya dari rumah jadi biasa kerumah juga bantu-bantu kerja tugasnya MKS.
P	Bagaimana yang MKS lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah bu?
SM	Yang dia lakukan itu menurung diri di kamar katanya dia mau fokus kerja tugasnya
P	Mengapa MKS merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah bu karena metode pembelajarannya yang monoton?
SM	Karena mengerjakan tugas itu-itu terus, dia mulai bosan yang lihat nak.
P	Mengapa MKS sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga MKS lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> bu?
SM	Iye nak dia pernah mengeluh bilang sama saya na bilang kenapa akhir akhir ini banyak tugas dari sekolah. karena dia bilang capek ma kerja tugas terus. Sehingga dia sering terlambat dan menunda tugas sekolahnya.
P	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana MKS mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya bu?
SM	Saya selalu suruh dia untuk belajar dan luangkan waktunya untuk belajar jangan selalu main game terus dia kerja. Karena itu anak kalau terlanjur main game mi tidak na ingat kegiatan lainnya biar makan juga tidak teraturmi. Jadi saya sama bapaknya sering kasi dukungan ke MKS dalam pembelajarannya. Dan kalau ada tidak na tahu diajari juga. Dia itu kalau mulai mi pembelajaran, malas-malasan kulihat jadi saya sama bapaknya sering ka bilang kalau belajar itu jangan malas kalau semangat ki belajar pasti tidak bosan dalam belajar jadi harus lebih giat belajar lagi.
P	Bagaimana cara ibu sebagai orang tua MKS menuntut MKS untuk mendapatkan peringkat di kelas?
SM	Dengan cara saya selalu ingatkan dia untuk terus belajar supaya bagus nilainya di sekolah dan harus lebih memetingkan sekolahnya dari pada main game agar mendapatkan nilai yang tinggi di sekolah, jangan lupa harus lebih giat lagi belajarnya dan harus lebih semangat lagi belajar agar mendapat peringkat yang tinggi di sekolah.
P	Bagaimana cara ibu sebagai orang tua MKS untuk melarang/membatasi MKS untuk bermain game online jika bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?
SM	Dengan cara ku tegur i supaya tidak main game kalau capek maka tegur bapaknya saya suruh tegur dia berhenti main dengan cara seperti itu baru i berhenti main game. Tapi kadang juga tidak na dengar ka sama bapaknya.
P	Mengapa ibu sebagai orang tua mengarahkan MKS untuk mengikuti kursus atau les?
SM	Karena itu anak makin sering main game turun nilainya, paling rendah yang matematika dan dia kurang sekali di pelajaran hitungan sampai pernah itu gurunya na hubungika jadi ku suruh i ambil kursus terutama matematika tapi itu anak tidak mau ikut les matematika padahal ada mi sudah ku daftarkan tapi tidak pernah mau ikut lesnya kalau ku suruhmi itu pergi les pasti banyak alasannya supaya tidak pergi les, padahal demi kebaikannya ji untuk

	<p>bisa ikut les matematika karena setiap keluar nilainya raportnya pasti yang paling rendah matematikanya jadi ada niat ku mau ku kasih masuk les matematika supaya bagus nilainya di sekolah tapi dia sering menghindar, game-game mi saja na bikin. Setiap ku suruh pergi les nak banyak alasannya nak.</p>
--	--

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 03) Hasil Wawancara

Kode : WWC03/160222/NN/S
 Lokasi : Rumah Sahabat Konseli
 Teknik : Wawancara (WWC) *di rumah sahabat konseli*
 Informan : Sahabat (S) Nama/Inisial : MF
 Hari/Tanggal : Rabu, 16 Februari 2022
 Tempat : Rumah Sahabat Konseli
 Waktu : Pukul 16.00-17.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* pada konseli berinisial MKS.

Keterangan :

P : Peneliti
 MF : Inisial Informan

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, bagaimana kabarnya hari ini dek?
MF	Walaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh, Alhamdulillah baik kak.
P	Alhamdulillah, sebelumnya saya ingin perkenalkan diri terlebih dahulu. Nama saya Aika. Salam kenal yah dek.
MF	Iye kak. Salam kenal.
P	Ohiya dek, kamu sudah tahu alasan kita ketemuan hari ini?
MF	Iye kak, hari ini kita mau wawancara
P	Berapa lama waktu yang kamu inginkan untuk wawancara hari ini? Saya menawarkan waktu sekitar 45-60 menit. Apakah kamu setuju?
MF	Iye kak begitumi saja
P	Ohiya dek tidak usah terlalu tegang ataupun gugup yah selama wawancara. Anggap saja kita berdua berbicara santai.
MF	Iye kak.
P	Apakah kamu sudah siap untuk mengikuti proses wawancara?
MF	Iye sudah siap kak.
P	Mengapa MKS tidak fokus saat melakukan aktivitas?
MF	Karena yang kulihat kak dari MKS itu kalau datang ka dirumahnya seperti orang ngantuk kak, karena begadang itu kak main game online. Dan pernah ka kejadian ini waktu saya dan teman-teman ku sepakat maki kerja kelompok di rumahnya dan kebetulan satu kelompoka sama MKS, karena dia ji rumahnya luas untuk kerja kelompok kak, pada saat itu kan kerja kelompok maki ini dan ku tugaskan untuk dia yang bagian ngetik dan kerja PPT dan pada saat waktu kerja tidak fokus ki asal-asalan dia kerja itu yang di suruhkan malah yang lain na kerja kak dan kalau bosan mi kak kerja PPT to pasti sembunyi login atau mau main game online lagi kak. Dan teman-teman ku juga ka merasa marah kak karena tidak fokus ki kerja kelompok.
P	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh MKS?
MF	Setelah bermain game online kak itu dia seperti sakit kepala kalau terlalu lama bermain game kak
P	Mengapa MKS sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain game online?

MF	Karena dia orangnya malas olahraga lagi pula kalau tengah malam main game sampai subuh kak.
P	Setelah bermain <i>game online</i> apakah MKS, bagaimana cara MKS mengistirahatkan tubuhnya?
MF	Kalau saya lihat kak karena pernah bermalam ka dirumahnya lalu natanyaka juga mamanya setelah dia main game online berjam-jam itu cara mengistirahatkannya itu dengan tidur kak karena kalau malam dia pakai jam tidur itu main game online
P	Mengapa MKS merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang?
MF	Karena pasti kurang tidur kak apalagi kalau selesai main game pasti merah matanya dan pusing kepala karena kelamaan lihat ke hp kak.
P	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
MF	Kondisi yang dia rasakan dan yang saya lihat itu kebanyakan tidur kak kalau sudah capek mi main game
P	Bagaimana cara yang MKS lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala?
MF	MKS yang bilang ke saya kak dengan cara minum obat sakit kepala dan tidur kak
P	Mengapa MKS sering terbangun pada saat malam hari?
MF	Aduuh kalau soal itu tidak ku tau i kak, tidak seringka juga bermalam dirumahnya hahaha
P	Mengapa MKS sulit untuk tidur pada malam hari?
MF	Karena MKS sudah terbiasa begadang kak apalagi kalau main game mi itu
P	Mengapa raut muka MKS terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?
MF	Karena kuliat toh kak MKS itu sering sekali begadang karena main game online itu,kulihat kalau datang ka dan pernah ka bermalam.
P	Mengapa MKS sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?
MF	Karena sulitnya konsentrasinya itu kak kalau yang ku lihat itu pada saat kelas daring di zoom dan google meet pasti ngantuk kulihat karena kabanyakan main game kak.
P	Setelah bermain game online, mengapa MKS kehilangan keseimbangan tubuh?
MF	Karena teman ku itu kak sering ku lihat pusing kepalanya dan sakit kepalanya kak.
P	Bagaimana kondisi yang MKS rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?
MF	Kondisi yang dia rasakan pada saat kehilangan keseimbangan itu kak yang ku lihat kalau mulai mi itu pusing kepalanya pasti cari tempat baring untuk istirahat karena kurang tidur dan tidak teratur makannya yang di bilang ke saya kak
P	Bagaimana cara yang dapat MKS lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?
MF	Dengan cara ku ajak i pergi jalan-jalan ke mana seperti healing lah begitu kak.
P	Bagaimana pola makan MKS selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
MF	Kalau soal itu saya tidak ku tahu kak.
P	Mengapa pola makan MKS tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
MF	Karena mungkin karena kebanyakan main game onlinenya kak karna kalau kerumahnya ka pasti main game apalagi kalau malam kak pasti main game.
P	Ketika MKS ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang MKS lakukan?
MF	Menurutku kak kalau mau ki memperoleh permainan yang baik itu harus ki tekun main gamenya kak dan mempelajari strategi-strategi di dalam gamenya dan banyak mi juga ka player-player diluar sana yang mainnya sudah jago dan lebih terkenal di dunia game ka jadi MKS harus juga bisa lebih tekun mainnya karena di luar sana banyak saingannya kak dan kebetulan begitu juga dia kak karena dia sudah jago mi main game PUBG di dia ka biasa belajar main game dan sering ka main juga sama dia kak.
P	Mengapa MKS ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ? Mengapa?

MF	Karena banyak mi player PUBG yang mainnya GG kak jadi temanku ini lebih tekun main game supaya bagus cara mainnya dan performa dan KD lebih sempurna kak dan apalagi sekarang ada mi juga timnya pasti lebih giat mainnya kak.
P	Mengapa MKS lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?
MF	Karena dia sudah pernah cerita sama saya kak sudah dari kecil katanya suka sekali main game, apalagi game yang bergenre tembak-tembakkan mbe na suka sekali kak dan kan dia dari kecil ji main game semenjak keluar game PUBG online di HP makin tambah bersemangat i main game karena di game PUBG online yag dia maini itu ka nasuka sekali, karena dalam gamenya itu bisa ki main sama orang dari jauh dan teman-temannya juga sering mabar i kak apalagi kalau diajak mi juga sama temannya pasti mau i mabar kak krna biasa kuliati i, jadi malah tambah semangat i main gamenya dan banyak mi juga yang mainnya sudah jago kak jadi MKS tertantang i untuk sering bermain game online dari pada game yang lain atau aktivitas yang lainnya kak dan itu kak na kasi hilang juga rasa bosannya itu anak
P	Mengapa MKS tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?
MF	Karena kak setau saya itu mbe na waktu kecil katanya kak karena pernah juga cerita sama saya pernah di belikan PS1 dan PS2 di belikan sama bapaknya kak jadi mungkin dari faktor itu susah na kendalikan dirinya kalau tidak main game karena sudah kebiasaan mi kak dan saya juga kan teman dari kecilnya ji kak jadi rata-rata ku tau aktivitasnya MKS ini apalagi kalau soal game kak, kan MKS sudah dari kecil masuk di dunia game kak jadi kalau main game PS tidak bisa di ganggu kak kalau takala main game mi kak, dan semenjak keluar gamenya ini PUBG di HP main bersemangat ki kak karena ini game kesukaannya jadi mulai dari itu keluar gamenya susah mi kendalikan dirinya kak karena biar ada waktu luangnya sedikit na sempatkan ji mian game online saja dari pada melakukan aktivitas lainnya kak.
P	Mengapa MKS tidak dapat mengatur waktu?
MF	Iye kak karena sudah sering main game kak tapi kalau di rumah saya juga tidak tahu kak. Karena tidak setiap harika ke rumahnya, tapi kalau ke rumahnya ka main game i kak kadang sama maka main.
P	Mengapa MKS tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?
MF	Karena MKS itu dari SMP ka sama kak dari dulu ji malas kerja tugas apalagi belajar hahaha. Dan itu juga kak kalau kerja mi tugas yang tidak na tau na kerja tugasnya pasti pusing mi sakit kepalanya kalau sakit begitu kepalanya berhenti mi kerja tugas kak dan na lanjut mian game dan apalagi kalau tugas matematika ada tugasnya tidak na kerja mi itu kak na tunggu saja temannya siapa yang selesai dan na lihat punyanya temannya kak.
P	Bagaimana yang MKS lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?
MF	Cara menyelesaikannya itu kak di tahu mi juga dia malas belajar apa lagi kerja tugas kak jadi biasa di saya nyontek hahaha.
P	Mengapa MKS merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?
MF	Karena dari dulu ji malas belajar kak dan kalau mata pelajaran matematika begitu-begituji caranya menjelaskan baru ini MKS tidak terlalu na perhatikan ji apa yang na bilang guru menjelaskan kak. Dan kalau soal pelajaran yang cara menjelaskannya itu-itu saja pasti cepat ki bosan kak apalagi pembejaran online baru begitu ji caranya menjelaskan yang membosankan pasti cepat sekali ki bosan dan MKS cepat ki stres juga kak klau pelajaran yang membosankan begitu baru harus ki bisa pahami karena gurunya juga killer kak. Kalau na kasi miki tugas tidak tahu mi juga kerja i, jenuhmi juga kak main game miki sama-sama, ada mi juga mengajak beh langsung miki main game online kak.
P	Mengapa MKS sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?
MF	Karena kak bukan ji hanya MKS yang mengeluh kak saya saja juga mengeluh karna tambah hari tambah banyak tugas di kasihkan ki, bagus ji itu na pernah ji na jelaskan biasa

	materi tidak pernah di pelajari tiba tiba ada tugasnya kak hahaha.
P	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana MKS mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya?
MF	Saya sebagai sahabatnya saya dukung teman ku kak untuk rajin belajar supaya tidak na tunda tunda kerjakan tugasnya, jangan pas dekat pi mau dikumpul baru mau dikerja. Tapi kebiasaannya mi susah mi di ubah juga tapi semoga dari main gamenya yang kegiatannya setiap hari itu main game ka semoga lah ini kebiasaannya bisa menghasilkan kak.

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 04) Hasil Wawancara

Kode : WWC04/210222/AM/GBK
 Lokasi : Ruang BK SMA Negeri 13 Bone
 Teknik : Wawancara (WWC) di ruang BK
 Informan : Guru BK (GBK) Nama/Inisial : AM
 Hari/Tanggal : Senin, 21 Februari 2022
 Tempat : Ruang BK SMA Negeri 13 Bone
 Waktu : Pukul 10.00-11.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

AM merupakan guru BK dari MKS sehingga dijadikan sumber informasi untuk menguji validitas hasil wawancara yang telah dilakukan bersama konseli. Sebelum mengadakan wawancara dengan informan, peneliti terlebih dahulu mewawancarai konseli untuk mendapatkan gambaran mengenai kecanduan game online dan sistem belajarnya selama pandemi ini yang dialaminya yang kemudian data dicocokkan berdasarkan pengakuan dari sahabatnya langsung. Peneliti menanyakan kesiapan AM untuk diwawancarai. Kemudian disepakatilah waktu wawancara dilakukan pada pukul 10.00 WITA.

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* dan sistem belajarnya di era pandemi pada konseli berinisial MKS.

Keterangan :

P : Peneliti
 AM : Inisial Informan

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, bagaimana kabarnya hari ini pak?
AM	Walaikum salam warahmatullahi wabarakatuh, Alhamdulillah baik nak.
P	Iye pak, hari ini bapak mungkin sudah mengetahui alasan saya bertemu dengan bapak.
AM	Iya nak, hari ini kita mau wawancara
P	Berapa lama waktu yang bapak inginkan untuk wawancara? Saya menawarkan 45-60 menit, apakah bapak setuju?
AM	Iya begitumi saja nak
P	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang MKS rasa paling berat pak?
AM	Berdasarkan hasil pengumpulan data dan informasi dari guru matematika ke wali kelasnya bahwa MKS ini dia kurang dari mata pelajaran matematika, bisa disimpulkan bahwa mata pelajaran MKS yang dia rasa paling berat dari pelajaran lainnya yaitu pelajaran matematika.
P	Mengapa MKS tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> pak?
AM	Pada saat pembelajaran dari rumah atau daring, ini MKS sering tidak masuk zoom atau google meet, lalu mata pelajarannya itu matematika tidak tuntas, kalau dikasi waktu untuk tuntas dia tidak tuntas, sering juga lambat dia kumpul tugas sekolahnya. Itu informasi wali kelasnya yang disampaikan oleh guru mata pelajaran. Jadi wali kelasnya na kasi tahu di guru BK untuk hubungi orang tuanya ini MKS, lalu saya hubungimi orang tuanya, karena mau dipanggil ke sekolah tapi masa pandemi juga. Kita hubungimi orang tuanya, dia bilang ini anaknya kalau dirumah main hp terus baru game game na bikin setiap hari bahkan begadang main game jadi malas kerja tugas sekolah. Sepertinya ini MKS tidak bisa memahami materi pembelajaran

	dari rumah karena setiap hari main game terus na kerja berdasarkan informasi dari orang tuanya
P	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru terkait materi yang diberikan pak?
AM	Bimbingan dan arahan yang disampaikan guru itu memberikan materi pelajaran melalui daring yah, seperti zoom, google meet, dan WA. Tapi ada juga guru memberikan tugas sekolah untuk siswa dikerjakan di rumah lalu di kumpul di sekola di atas meja guru mata pelajaran yang bersangkutan.
P	Tugas sekolah apa yang paling membebaninya pak?
AM	Seperti yang saya bilang tadi nak berdasarkan informasi dari guru wali kelas yang disampaikan oleh guru mata pelajaran yang bersangkutan, mata pelajaran matematika
P	Mengapa MKS terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung pak?
AM	Kalau itu saya juga kurang tahu pasti nak, karena saya tidak pernah menanyakan langsung kepada siswa bersangkutan. Tapi hal yang biasanya itu kita terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah membuat kita tidak fokus mendengarkan penjelasan dari guru mata pelajaran.
P	Bagaimana kondisi yang dirasakan MKS ketika tidak konsentrasi dalam belajar pak?
AM	Kondisi yang dirasakan itu mungkin hampir sama dengan beberapa siswa yang lainnya materi pelajaran yang disampaikan guru mata pelajaran sulit dipahami apalagi pelajaran berhitung, dan informasi lain yang saya dapat dari orang tuanya tentang MKS aktivitas belajar online di rumahnya bahwa MKS sulit untuk memahami apa yang di sampaikan kepada gurunya dalam memberikan materi atau pembelajaran bahwa yang di rasakan MKS pada saat itu dia tidak fokus untuk dalam pelajaran dan materi yang di berikan karena aktivitas di lingkungan di sekitar rumah MKS itu terlalu ribut di karenakan posisi rumahnya dekat jalan raya jadi MKS merasa terganggu dengan aktivitas sekitar rumahnya, dan informasi lainnya yang saya dapat dari orang tua MKS itu kalau sudah merasa bosan dengan pelajaran yang di berikan oleh guru karena lingkungannya seperti itu jadi MKS melakukan aktivitas yang dia sukai yaitu main game online.
P	Bagaimana dengan kondisi dilingkungan rumah MKS, apakah MKS merasa nyaman pak?
AM	Kalau itu juga saya sempat tanya waktu saya menghubungi orang tua MKS terkait mata pelajarannya, jadi saya tanyakanmi juga ke orang tuanya mengenai lingkungan di rumahnya. Orang tua atau ibunya MKS bilang bahwa tidak fokus belajar kalau ada suara ribut
P	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> pak?
AM	Kalau cara guru mengajar itu selama belajar dari rumah melalui aplikasi yah seperti zoom, google meet, dan WA
P	Mengapa MKS cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung pak?
AM	Karena dia tidak fokus dalam menerima materi pembelajaran yang diberikan guru materi pembelajaran jadi dia seakan akan memikirkan hal lain saat pembelajaran berlangsung atau pikiranya di luar dari pelajaran tersebut.
P	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa MKS lakukan diluar pelajaran pak?
AM	Kalau hal yang dilakukan diluar pembelajaran saya juga kurang tahu pasti nak, karena yang saya tahu ini anak dia kurang dalam pembelajaran berhitung seperti matematika dan kebiasaannya bermain game online yang disampaikan orang tuanya.
P	Mengapa MKS biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami pak?
AM	Karena MKS ini dari informasi orang tuanya kalau dirumahnya main game terus,

	bisa jadi itu penyebab ini anak malas mengerjakan tugas sekolah yang dikasi sama guru mata pelajaran
P	Mengapa MKS bermain <i>game online</i> di selama pembelajaran dari rumah berlangsung pak?
AM	Iye nak, seperti yang nabilang orang tuanya itu terus na kerja main game ji memang na kerja, bisa jadi ini MKS kesenangan sama asik mi dengan gamenya sehingga penyebabnya ini anak tidak mengerjakan tugas sekolahnya.
P	Bagaimana yang MKS lakukan ketika MKS ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tetapi tidak tahu cara mengerjakannya pak?
AM	Kalau yang saya lihat dari beberapa siswa lain yah dia menanyakan kepada temannya kalau dia tidak dia paham dan tidak dia tahu cara kerja tugas sekolahnya, MKS juga bisa jadi seperti itu. Karena hal seperti menanyakan teman kalau kita tidak tahu sering sekali mi terjadi.
P	Bagaimana MKS menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal pak?
AM	Dia pasti mengikuti hal-hal yang dilakukan saat pembelajaran kembali normal seperti siswa yang lainnya.
P	Mengapa tugas sekolah MKS terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game online</i> pak?
AM	Seperti yang disampaikan orang tua MKS yang telah dihubungi, bahwa MKS ini main game terus dia kerja bahkan begadang main game sehingga malas kerja tugas sekolahnya. Tugas sekolahnya terhambat dan sering dia tunda karena dia sering bermain game online. Sebelum saya menghubungi orang tuanya, saya mendapatkan info dari wali kelasnya yang disampaikan oleh guru mata pelajaran matematika bahwa MKS ini salah satu siswa yang sulit memahami mata pelajaran matematika dan dia juga tidak tuntaskan nilainya. MKS sulit memahami dan tugas yang di berikan banyak yang terhambat atau tidak di kerjakan.
P	Mengapa MKS malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> pak?
AM	Karena sepertinya dia mendapatkan kesenangan tersendiri dalam bermain game online.
P	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, Mengapa MKS bermain <i>game online</i> secara terus- menerus pak?
AM	Karena dia suka dan senang bermain game online seperti yang orang tuanya bilang bahwa main game terusji dia kerja bahkan sampai begadang i.
P	Mengapa MKS tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> pak?
AM	Karena dari informasi yang saya dapatkan di orang tua MKS bahwa dia sering bermain game online, bahkan sampai begadang dia main game setiap hari seperti yang disampaikan orang tua MKS, jadi menurut saya dari informasi bisa di simpulkan dia tidak bisa mengendalikan bermain game online karena dia mendapatkan kesenangan tersendiri dan menghibur dirinya sendiri.
P	Mengapa MKS tidak dapat mengatur waktunya dalam belajar pak?
AM	Karena berdasarkan yang disampaikan dari orang tuanya MKS dia sering sekali bermain game online setiap hari dan bahkan tugas sekolah sekolahnya terhambat dan sering dia tunda
P	Mengapa MKS tidak dapat menyelesaikan tugas sekolahnya tepat waktu pak?
AM	Karena MKS ini sudah terbiasa menghabiskan waktunya untuk bermain game maka aktivitas lainnya terhambat dan tertunda seperti mengerjakan tugas.
P	Bagaimana cara yang harus MKS lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah pak?
AM	Cara yang baik bagi siswa dengan cara mengurangi kebiasaannya bermain game online dan belajar fokus untuk belajar mengatur waktunya agar tidak terhambat dalam mengerjakan tugas yang di berikan guru mata pelajaran dan tidak menundanya.

P	Mengapa MKS merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton pak?
AM	Seperti beberapa siswa yang lain yang saya lihat dia malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajaran yang monoton karena materi pembelajarannya sulit dipahami, bisa jadi juga MKS seperti itu karena dia juga sering terlambat dan menunda tugasnya.
P	Mengapa MKS sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga MKS lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> pak?
AM	Bisa jadi karena dia sulit memahami materi pembelajaran yang diberikan terutama pelajaran matematika.

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 05) Hasil Wawancara

Kode : WWC05/090222/WW/Ko
 Lokasi : Ruang Kelas (SMA Negeri 13 Bone)
 Teknik : Wawancara (WWC) di ruang kelas
 Informan : Konseli (Ko) Nama/Inisial : WW
 Hari/Tanggal : Rabu, 09 Februari 2022
 Tempat : Ruang Kelas
 Waktu : Pukul 14.30-16.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

WW salah satu peserta didik di SMA Negeri 13 Bone yang dijadikan sebagai subyek penelitian. Sebelum mengadakan wawancara dengan informan, peneliti terlebih dahulu mengurus persuratan izin penelitian ke Dinas Penanaman Modal dengan membawa proposal penelitian dan surat permohonan izin dari kampus Fakultas Ilmu Pendidikan UNM pada , 02 Februari 2022 surat di disposisi dari Dinas Penanaman Modal kemudian peneliti memasukkan ke SMA Negeri 13 Bone dan mendapatkan izin dari kepala sekolah untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 13 Bone. Peneliti meminta izin kepada guru BK untuk melakukan wawancara bersama WW. Saat menghubungi WW untuk menyepakati waktu wawancara, kemudian disepakati wawancara dilakukan hari minggu tanggal 09 Februari 2022 pukul 14.30 WITA

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* pada konseli berinisial WW.

Keterangan :

P : Peneliti
 WW : Inisial Subyek

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, bagaimana kabarta hari ini?
WW	Waalaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh iye, alhamdulillah baikji kak.
P	Alhamdulillah, sudah kita tahu mi mungkin apa tujuanku untuk datang kesini dek.
WW	Wawancara langsung toh kak
P	Iye dek, siap jaki hari ini wawancara?
WW	Iye kak siap ji kak
P	Berapa lama waktuta bisa diminta untuk wawancara hari ini?
WW	60 menit mi kak, bisaji?
P	Iye dek, bisa.
WW	Iye silahkan kak
P	Mengapa anda tidak fokus saat melakukan aktivitas?
WW	Karena kak kenapa tidak fokus ka aktivitas karena sering sakit kepala ku, pusing dan ngantuk kak, seperti oleng begitu. Apalagi kalau sudahka main game ka kalau mauma berdiri seperti mauka jatuh tidak fokus ka. Akibat itumi kak terlalu lama ka main game dari itu cahaya hp, jadi kalau berhentima kak olengma.
P	Bagaimana keseimbangan tubuh anda setelah bermain game online?
WW	Keseimbangan tubuh ku kalau main game kak terlalu lama main game dan terlalu lama duduk kak biasa sakit belakang ku kak karena kebanyakan duduk dan kadang sakit langsung pusing kepala ku kalau langsung berdiri kak.
P	Mengapa anda sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena terlalu banyak waktuku untuk main game saja sampai tengah malam jadi sulit

	ka lakukan aktivitas lain karena kalau pagi ngantuk ka kalau selesai belajar online ku kak langsung ka tidur kembali kak.
P	Bagaimana cara anda mengistirahatkan tubuh anda setelah bermain <i>game online</i> ?
WW	Dengan cara makan ka dulu baru tidur ka kak karena kalau tidak makan ka kalau bangun ka pasti sakit perutku kak.
P	Mengapa anda merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang
WW	Karena terlalu lama ka main game online kak sampai berjam-jam ka tanpa istirahat jadi kalau selesai ka main ka tidak lama itu sakit kepala ku ka juga dan sakit mataku karna terlalu lama ka main. Dan pernah ka begadang karena main game sampai pagi lalu paginya itu tiba-tiba mama ku ada na suruhkan ka beli sesuatu kak baru ka mau pergi tiba-tiba penglihatan ku itu kabur-kabur kak dan kepala ku sakit sekali kurasa dan pusingmi kepalaku juga kak.
P	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
WW	Kondisi yang saya rssakan itu kak kalau lama ka main game online pasti sakit kepala ku,apalagi duduk ka dan langsung ka berdiri kak langsung penglihatan ku itu gelap kak dan seperti mau jatuh kak.
P	Bagaimana cara anda untuk mengatasi rasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
WW	Dengan cara yang ku lakukan itu kalau sakit kepala ku berhenti ka main game ku tutup mataku kak dan setelah itu minum ka obat sakit kepala lalu tidur ka kak.
P	Mengapa pada malam hari anda sering terbangun untuk bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena sudah kebiasaan ka begadang, kalau cepatkan tidur seperti jam 10 malam karena ketiduran pasti bangun ka tengah malam dan untuk mengisi waktu ku kak saat bangun tengah malam itu main game kak sampai pagi hahaha.
P	Mengapa anda sulit untuk tidur pada malam hari?
WW	Karena ya itu kak sering ka begadang tengah malam sampai pagi.
P	Mengapa raut muka anda terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?
WW	Karena kurang tidur dan tidak makan kak, kalau na ta mama ku pasti na marahi kak kenapa begadang terus itu katanya yang biasa ke saya kak kalau begadang ka hahaha.
P	Mengapa anda sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena pusing kak mataku juga sakit kalau terlalu banyak melihat layar di hp kak untk main game kak jadi kurang fokus kak.
P	Bagaimana yang anda rasakan setelah bermain <i>game online</i> ?
WW	Yang kurasakan kalau sudahka main game kak pusing, sakit kepala, tidak konsentrasi ka, oleng ka juga kak, sakit juga tangan ku kak. Itu cahaya hp juga kak buatka sakit kepala.
P	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?
WW	Sakit kepala, pusing, dan itu kak juga kalau terlalu lama ka main game online pasti sakit dan nyeri di pinggir telapak tangan ku kak sepreti cedera regangan berulang kak sering ka begitu kak kalau sudah ma main game terlalu lama kak
P	Bagaimana cara yang anda lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?
WW	Dengan cara makan ka, pergika tidur kak atau baringka saja kak sama pergika juga makan dan berhentika main game. Jadi itu yang ku lakukan kalau mau ka konsentrasi lagi kak.
P	Bagaimana pola makan anda selama anda mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
WW	Pada saat ku kenal ini game online kak PUBG, pola makan ku mulai tidak teratur karena main game terus ka sampai lupa ka makan ka dan aktivitas yang lain karena terlalu seru gamennya dan sama ka juga teman ku main game juga kak. Dan sering ka juga keluar-keluar di rumahnya teman ku kak jadi kalau soal makan itu di rumah pi saja

	kak jadi kalau pulang maka di rumah pasti marah mi mama ku karena lama ka pulang dan lambat ka juga makan dan semenjak itu ka sering ka main game dan jarang di rumah dapat ka penyakit maag ka kalau lambat ka makan kak.
P	Mengapa pola makan anda tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
WW	Karena begitumi kak sering sekalimaka main game online jadi tidak teratur mi makan ku, biasaji juga na suruhka mamaku makan, tapi kalau sementara main game ka dan sama ka main teman ku di rumah pasti ku abaikan ji kak kalau soal makan karena seru-serunya bermain sama teman kak.
P	Mengapa anda ingin memperoleh nilai yang tinggi dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena kalau point ta di game jelek kak atau rendah rank ta tidak na lirik ki player lain jadi harus ka berusaha kasih bagus KD ku dan rank game online PUBG, kan saya juga kak sering ka ikut turnamen di sekitar kota ka jadi harus ka kasih bagus point ku dan KD ta supaya kalau pas lagi turnamen ada yang bisa di banggakan di karakterta karena bagus mi dengan rank yang tinggi dan KD yang bagus kak, jadi itu sering ka main game online sama teman ku karena untuk tim juga kak kalau semua rata KD dan ranknya kak tambah bagus tim ta di lihat pas nanti turnamen di adakan.
P	Mengapa anda ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena banyak mi juga kak pemain atau player jago dan biasa di bilang itu kalau dalam game kak GG jadi itu kenapa semangat sekali ka main kak karena mau ka juga terkenal bilang jago mainnya karena banyak mi juga you tuber game PUBG ka yang jago main gamenya na dari situ mi mau ka terus main dan mian agar bisa ka di akui seperti youtuber-youtuber karena dengan tujuan ku main game sampai segitunya agar bisa ka di akui bilang jago ka juga main dan mau ka juga terkenal bilang jago mainnya jadi harus ka tetap semangat untuk kejar itu impian ku bisa terkenal bilang WW player yang jago main PUBG kak hahahha maaf curhat kak.
P	Mengapa anda lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena sudah dari dulu maka suka main tembak-tembakan kak dari dulu ja main berawal na ajakka temanku untuk mainkan itu game, baru ke warnet sampe malam, jadi kalau soal main game PUBG online lagi bisa ki main sama orang yang jauh kak dan banyak juga teman ku main game ini jadi pasti lebih semangat ka main sekaligus penghilang rasa bosan dan kalau malam sering ka mabar sama teman ku itu kenapa semangat sekali kalau main kalau game online PUBG kak
P	Mengapa anda tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena game yang kumaini sekarang dan yang paling ku suka kak kalau main game online PUBG ma kak kayak senang ka dan semangat ka jadi kalau main game online ma ini pasti lebih berkonsentarsi ka main game dari pada aktivitas lain jadi kalau tidak main game ka saja dalam 1 hari ka seperti orang gelisah ka kan pernah ke jadian ka waktu rusak hp ku kan pasti tidak mian ka karena rusak hp ku jadi demi kasih hilang ke gelisahan ku kak ku ambil hpnya mama ku baru ku download game onlinenya, makin harus ku mi itu mau main game ka demi game ku download itu gamenya baru itu gamenya berat kak karena sampai 6 GB peyimpanannya dan kuota juga tidak sedikit na pakai ka. jadi susah tidak bisa kukendalikan kalau soal main game kak.
P	Bagaimana bisa anda tidak dapat mengatur waktu?
WW	Jujur kak bagaimana bisa mau ku atur waktu ku kalau baru saja selesai pembelajaran online ku langsung ka main game kak. Aktivitas lainnya kak dan itu juga ka waktu jam tidur kurang biasa 2 jam sampai 3 jam ji jadi kalau mau ka lakukan aktivitas lain seperti sekolah online dan aktivitas yang di rumah pasti tidak terkerjakan mi karena ketiduran ka kalau pagi kak, kalau sekolah kadang terlambat ka masuk di kelas online karena itumi kak kurang tidur ku.
P	Mengapa anda tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?
WW	Karena kalau main game online ma kak pasti lebih fokus ke game ka dan kulupa mi ternyata ada tugas ku yang di berikan sama guru jadi kulupa mi itu kak kalau main

	game online ma, dan kalau ada tugas yang tidak ku suka kak seperti tugas matematika tidak ku kerja mi itu kak karena biar mau ku jawab tidak ku tahu kecuali nyontek ka hahaha, kalau tidak ku tahu mi itu nyontek ka sama temanku.
P	Bagaimana cara yang anda lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?
WW	Dengan cara berhenti ka dulu main game dan fokus ka sama tugas yang di berikan sama guru apalagi tugas untuk penilaian kak pasti serius ka kerja tugas ku kak tapi kalau mau ka kerja tugas dengan secara serius harus ka menyediri kak atau ku suruh teman ku kerumah temani ka kerja tugas yang tidak ku mengerti kak
P	Mengapa anda merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?
WW	Karena siapa yang tidak bosan kalau yang di berikan metode pembelajaran itu- itu saja seperti caranya mengajar menjelaskan begitu-begitu saja tidak ada perubahan dan bukan ji hanya saya yang mengeluh kak teman-teman ku yang lain juga merasa seperti saya dan saya juga cepat ka malas kalau metode seperti tidak ada seru-serunya jadi saya dan teman-teman kelas ku merasa bosan mendengarkan juga apalagi pembelajaran online tugas-tugas ji saja dia kasih, bagus itu kalau pernah ji na jelaskan kak, terus belum pi juga jaringan jelek tidak kedengaran pas menjelaskan, jadi kalau begitu mi itu tidak peduli ma sama tugasnya dan lebih main baik main game ka saja apalagi na ajakma juga temanku main kak ku matikan kameranya kak. Tapi itu kak pas nakasi miki tugas dan tidak tahu ma jawabannya juga
P	Mengapa anda sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga anda lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena yang di berikan guru tugasnya kak bukan hanya 1 atau 2, belum pi mata pelajaran lain kasih juga tugas yang banyak ka siapa yang tidak stres kak kalau setiap mata pelajaran di kasih tugas jadi lebih memilih ka main game dari pada kerja tugas buat stres kak, jadi saya bisa di bilang kalau mau ka kasih hilang stres ku yaitu main game online kak yang buat bagus lagi perasaan ku.
P	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana dukungan dari orang lain mengenai proses belajar anda?
WW	Saat pembelajaran dari rumah yang dukung saya ka yaitu orang tua dan kakak ku kak. Apalagi Kakak ku yang sering bantuka mengerjakan tugas yang saya tidak mengerti kak dan bapak ku kadang na bantu ka juga kalau mama saya dukung saya ceramhanya kak dia bilang kalau sekolah itu harus serius jangan main game terus supaya dapat ko peringkat di sekolah, itu we juga kak saya kalau mauka belajar tidak bisa ka di ganggu karena dirumahku ada anak kecil dan tidak bisaka juga di paksa jadi keluarma itu biasa sama temanku haha. Jadi yang bantu saya atau yang dukung saya kak yaitu bapak, mama dan kakak saya kak
P	Bagaimana tanggapan orang tua anda mengenai anda untuk mendapat peringkat di kelas?
WW	Kalau orang tuaku kak na suruhka belajar dengan rajin supaya bisa dapat peringkat di kelas dan berhentimi itu main game-game. Kakak ku juga kak na perhatikan sekali kak kalau yang berhubungan sama pembelajaran di sekolah dan kakak ku juga na dorong terus ka untuk belajar supaya bisa ka mendapat peringkat yang tinggi dan kakak ku juga kalau na ajar ka disiplin sekali kak dan itu kenapa tambah malas maka belajar karena di suruh-suruh ka untuk belajar baru na larang ka main game online kak, kalau ada ki dirumah baru saya tidak ku suka klaau di larang-larang main game padahal game ku itu penghilang stres ku dan ku suka memang jadi itu kenapa kak sering ka keluar di rumahnya teman ku kak karena kakak ku kalau di rumah na suruh terus ka belajar.
P	Bagaimana cara orang tua anda ketika melarang anda untuk bermain game online jika anda bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?
WW	Dengan cara na tegur ka kak apalagi mama ku dia mi itu paling sering ka na marahi kalau main game online sampai tengah malam dan bahkan sampai pagi kak kegiatan sehari hari ku mi itu kak di marahi sama mama ku apa lagi kalau pergi ka di rumahnya

	teman ku bermalam pasti kalau di rumahnya teman ku tidak tidur maka sampai pagi itu dan waktu pulang ka dari rumahnya teman ku, dan setelah itu na marahi maka dan na kasi tahu ka juga kak na bilang mama ku kau itu jangan main game terus kau kerja sekali-kali belajar ko juga karena rendah nilaimu di sekolah kurangi mi main game mu karena bukan mi anak-anak main game terus.
P	Bagaimana cara orang tua anda mengarahkan anda untuk mengikuti kursus atau les
WW	Begini kak kan saya orangnya itu kalau soal belajar malas ka kak lebih suka ka main game online dari pada belajar dan gara-gara malas ku itu belajar kak nilai ku jelek kak, baru tidak sengaja mama ku na lihat nilai ku dan na tahu mi disitu bilang jelak nilai ku bagian pembelajaran matematika apalagi pernah di telpon sama guru ku di sekolah karena tidak ku perbaiki nilaiku kak, jadi mama ku na suruh ji ka untuk belajar sama kakak ku kak tidak na kasi kursusja tapi samaji ku bilang itu kursus kak karena adaji kakakku na tahu kalau matematika, dari situ mi itu kak mulai maka malas ka karena gara-gara itu waktu main game kurang dan timku juga kak semenjak sering ka belajar sama kakak ku jarang maka latihan sama teman tim ku kak jadi biasa itu sering maka bohong sama orang tua bilang ada tugas kelompok demi untuk hindari ini belajar sama kakak ku kak.
P	Apakah anda mengetahui tentang kecanduan <i>game online</i> ?
WW	Kecanduan game online itu bermain game online terus-menerus dengan waktu yang lama kak, menurutku begitu.
P	Apakah anda pernah melakukan cara/alternatif untuk kecanduan game online anda berkurang?
WW	Tidak pernah kak. Palingan kalau berhenti ka sebentarji karena mauka makan, tidur, atau ada tugas sekolah yang mau dikerja karena dekatmi mau dikumpul, atau ada hal penting mau kukerja kak.
P	Apakah sebelumnya anda pernah melakukan proses konseling?
WW	Tidak pernah kak. Tapi pernah ka masuk ruang BK kak karena dipanggilki ribut kelasku kak.
P	Apakah anda bersedia mengikuti proses konseling?
WW	Iye siap kak
P	Bagaimana dengan kesepakatan pertemuan perminggunya. Hari apa saja yang disepakati?
WW	Sembarang ji kak, kita saja saya mengikutja kapan. Asal bukanji waktu kerja kelompok kak
P	Kapan dan dimana kita memulai proses konseling ini?
WW	Kita ji saja kak mau dimana.
P	Apakah anda pernah mendengar teknik <i>Self Management</i> ?
WW	Tidak pernah kak
P	Mendengar kata <i>Self Management</i> apa yang terbayang di pikiran anda?
WW	Tidak ku tahu juga kak apa itu
P	Apakah anda siap untuk melakukan <i>Self Management</i> sebagai alternatif untuk menurunkan kecanduan game online anda?
WW	Iye kak siap.
P	Mengapa anda cenderung menyalahkan orang lain ketika mendapat masalah?
WW	Saat main game ka kak kalau kalahma itu sering sekali ku salahkan mi temanku, karena teman ku kak mainnya itu seenak jidat atau semau-maunya ji main padahal susah payah maki atur strategi untuk menang tapi tim ku kak tidak na dengar ka apa yang ku bilang ke dia kak.
P	Saat bermain <i>game online</i> , mengapa anda biasa melampiaskan kemarahan anda dengan lawan main anda?
WW	Kerana game sebelumnya biasa jaringan internet tidak bagus kak dan sudah bagus mi strategi ku sama tim ku main game onlinenya jadi pasti marah dan emosi karena sudah susah payah miki bagus cara ta main tapi jaringan jelek jadi kalau bagus mi

	jaringannya kak pasti ku lampiaskan kemarahan ku sama tim musuh-musuhku kak hahaha.
P	Kondisi-kondisi apa yang anda rasakan saat anda melampiaskan kemarahan anda dengan lawan anda?
WW	Seperti marah dan emosi kak. Ku kata-katai mi juga disitu bicara kasarka, emosi sekalima kak.
P	Saat anda merasakan keseruan dalam bermain <i>game online</i> , mengapa anda pernah melakukan tindakan atau gerakan yang tidak terkendali?
WW	Pernah ka pada saat turnamen game online PUBG kak. Pernah ka kak mengamuk karna tim musuh main curang di dalam game onlinenya kak dan saya di situ mengamuk ka kak hampir ku pukul itu orang untung ada teman ku tenangkan ka disana kak.
P	Bagaimana reaksi anda ketika anda kalah bermain <i>game online</i> ?
WW	Kalau sudah serius-serius maki main game sudah di persiapkan mi strategi-strategi ta sama tim ku dan sudah mkaai latihan terus menurun dari jauh-jauh hari sebelum turnamen PUBG pasti kecewa, marah dan ada rasa putus asa kak karena sudah maki main sebaik mungkn
P	Bagaimana respon teman anda atau lawan main anda saat anda membanting barang di dekat anda ketika kalah bermain <i>game online</i> ?
WW	Responnya kalau kalah maki itu baru dia banyak mi na bunuh musuhnya kak baru tiba-tiba jelek jaringannya pasti na banting hpnya dan responku dan teman-temanku kak pasti ketawa kak karena gara-gara itu rusak hpnya dan setelah itu ku tenangkan mi teman ku yang emosi kak
P	Mengapa anda sangat tertarik dan suka bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena dari dulu memang kak dari kecil senang sekali ka main game dan sering ka waktu kecil itu ke warnet main game online perang seperti POINT BLANK dan game lainnya juga kak dan pada saat keluar game PUBG di hp kak dan ternyata seru gamenya jadi itu terus ku maini sekarang kak.
P	Bagaimana pendapat orang tua anda mengenai anda yang sangat suka bermain <i>game online</i> ?
WW	Kalau orang tua ku kak sering ka na marahi main game online karena gara-gara game nilai ku turun di sekolah kak baru jarang ka juga di rumah kak pasti keluar ka sama teman ku ke warkop atau tempat nongkrong untuk mabar kak.
P	Mengapa orang tua anda tidak memperdulikan anda ketika anda secara terus menerus bermain <i>game online</i> ?
WW	Orang tua ku seringma na larang tapi tetapja main game juga.
P	Mengapa anda tidak tenang ketika tidak menang dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena bagus mi cara ku main sama teman ku kak dan tetap jaki kalah karena kalau ki kak turun peforma ta dan KD ta di gamenya susah maki kasih naik KD ta tapi kalah karena jago juga musuh ta kak jadi tidak tenang ka kak.
P	Bagaimana cara anda agar anda dapat mempertahankan keunggulan dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Dengan harus selalu konsistenka main kak baru tim ku juga harus bisa jago juga, sama selalu berpikiran harus menang ku lawan itu lawanku karena supaya bisa ki di kenal dengan player lain bilang jago dan bagus tinggi KD tawwa hahaha.
P	Mengapa anda tergesa-gesa ketika tidak mempertahankan prestasinya dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena setiap pemain game online pasti akan mengejar prestasi atau performa yang bagus untuk ingin diakui kak, bahwa pemain itu hebat i kak.
P	Mengapa anda sangat yakin bahwa anda paling bisa diandalkan dalam bermain <i>game online</i> diantara yang lain?
WW	Begini kak karena setiap player itu mempunyai prestasi dan kebetulan kak saya razernya atau bisa dibilang ketuanya di tim ku jadi harus ka bagus cara ku main dan untuk kasih bagus prestasinya tim ku kalau sedang turnamen kak.

P	Bagaimana kondisi yang anda rasakan saat kalah dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Kondisi yang kurasakan kak itu pasti marah dan jengkel ka karena saya dan tim saya sudah ma keluarkan permainan yang cukup bagus, tapi masih bisa kalah ka kak.
P	Mengapa anda cenderung mengucapkan kata- kata kasar dan kotor ketika diganggu bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena dalam bermain game online itu rata-rata orang seperti itu kak, dan sekitarku juga atau teman-teman di tim ku sering bicara kotor jadi ikut-ikut ma juga kak
P	Mengapa anda menyalahkan lawan main atau teman ketika kalah?
WW	Karena sudah kugunakanmi taktik atau strategiku kak, tapi temanku malah dia tidak mendengar apa yang kuperintahkan terus na abaikan ka. Dan itu juga demi kebaikan tim ta supaya bisa ki lebih kompak lagi.
P	Mengapa anda merasa tertekan dan raut wajah memerah ketika ada yang mengganggu bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena saya kak orangnya itu cenderung mudah marah dan cepat naik emosiku apalagi seriuska main game online dan kalau di ganggu begitu ka pasti marah ka ke dia dan ku bilang-bilangi kak
P	Bagaimana respon teman anda yang lain terkait anda yang menyalahkan lawan main anda?
WW	Kalau responnya temanku itu kak ikut juga menyalahkan lawan main kak, karena lawan main ku kak timnya ada yang mainnya curang, jadi otomatis kerugian yang kudapatkan itu turun kemampuan ku kak. Dan hal yang merugikan lainnya seperti kalau kalah begitu pasti malas maki main lagi kak karena curang I dan ku katai-katai itu sama tim ku kak dan di laporkan bahwa dcurang.
P	Mengapa anda cenderung mengejek teman atau lawan main ketika kalah bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena ada teman ku 1 orang sering ngetroll kak seperti main asal-asalan begitu dan kalau begitu mi itu teman yang suka ngetrol kak pasti dan teman-tean ku yang lain pasti saya ejek kak baru rata-rata teman ku cenderung mudah marah juga kak.
P	Mengapa anda merasa ingin menghindar dan pergi ketika kalah dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena pernah kejadian pada saat waktu salah satu turnamen dicafe, itu termasuk turnamen besar kak pernah sekali di kalah habis habisan baru ki mulai main kasi'na langsung main di kasih rata sama tim lawan padahal latihan terus maki sebelum hari Hnya. Kemudian saat itu pun saya dan timku langsung pulang padahal turnamennya masih mulai karena sudah kecewa dan putus asa sama tim ku dan termasuk saya kak karena saya juga ketuanya kak.
P	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang anda rasa paling berat?
WW	Pelajaran matematika paling beratmi kurasa itu kak
P	Mengapa anda tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?
WW	Bagaimana dih kak, saya kan orangnya itu kak bisa di bilang malas ka belajar, apalagi ini semua pelajaran online jadi tambah malas ka baru cepat ka bosan. Baru tidak mengerti ka juga kalau menjelaskan guru mata pelajaran, apalagi pelajaran hitungan.
P	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru terkait materi yang diberikan?
WW	Selama pelajaran dari rumah tugas ji yang di kasih kan sama guru. Baru ada guru caranya juga menjelaskan pelajaran susah ki mengerti materinya, jadi malas dan bosanma kurasa jadi kumatikan kamera ku, baru main game online ka kak.
P	Tugas apa yang menurut anda paling membebani anda?
WW	Tugas pelajaran matematika, karena kalau angka-angka saya kurang suka kak dan juga kurang mengerti dan kalau menjelaskan gurunya tidak paham yang di jelaskan hahaha.
P	Mengapa anda terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung?
WW	Karena terasa terganggu ka kalau lagi belajar online baru pas-pasnya guru menjelaskan

	pasti terganggu kak. kalau di rumah banyak orang seperti saudara-saudara ku keponakan ku dan banyak anak-anak ka apa lagi pada saat ada pelajaran online ku pasti na ganggu ka itu anak-anak yang ada di rumah. Jadi sulit ka untuk dalam pembelajaran yang di berikan apalagi jaringan kak kadang bagus kadang juga tidak kak malah tambah stres ma itu kalau jelek mi jaringan suara ribut orang di rumah dan jaringan yang tidak mendukung.
P	Kondisi-kondisi apa saja yang anda rasakan ketika tidak konsentrasi dalam belajar?
WW	Kondisi yang kurasa kan itu jaringannya tidak bagus, bosan, dan banyak gangguan anak atau orang di rumah ka jadi susah ka konsentrasi dalam belajar kak
P	Bagaimana dengan kondisi di lingkungan rumah anda?
WW	Kondisi rumah kak biasa biasa ji kak hahaha, itu saja kak kalau belajar online biasa ada ribut dirumah karena ada anak kecil kak.
P	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> ?
WW	Memberikan tugas dan juga kak menjelaskan materi. Baru na kasi miki juga tugas sekolah kak.
P	Mengapa anda cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung?
WW	Karena saya toh orangnya kak susah ka melakukan hanya fokus satu ja jadi kalau dalam pelajaran jadi fikiran ku itu pasti ke lain-lain kak seperti dalam belajar daring atau menjelaskan mi guru kak ini pasti ada fikiran mau main game kak jadi kalau selesai ka belajar pasti main game online ka kak..
P	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa anda lakukan diluar pelajaran?
WW	Yang kulakukan kak itu bermain game online karena senang sekali dan kalau main game ka. Pada saat menjelaskan mi guru kumatikan kameraku.
P	Mengapa anda biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami?
WW	Karena bosanka kak. kan orangya saya itu kak kalau soal belajar malas ka lebih rajin ka main game hahaha, apalagi tugas di kasih kan sama guru baru pelajaran yang tidak ku pahami kak pasti tambah malas ka jadi kalau malas begitu maka pelarian main game saja.
P	Mengapa anda bermain <i>game online</i> di sela pembelajaran dari rumah berlangsung?
WW	Karena sudah terbiasa kak. Bosan ka juga kalau materinya juga yang di jelaskan guru saya juga tidak ku pahami kak. Tapi ada ji ku pahami sedikit-sedikit.
P	Bagaimana cara anda ketika anda ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tetapi tidak tahu cara mengerjakannya?
WW	Dengan cara kulihat tugasnya teman ku kak atau cari di google atau aplikasi internet lainnya
P	Bagaimana anda menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal?
WW	Dengann seperti biasa ka ikut-ikut saja teman-teman ku dan ikuti apa di suruhkan sama guruku kak.
P	Mengapa tugas sekolah anda terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena kalau lagi main game online kak kulupai tugas ku karena terlalu keasikan bermain game online sama teman timku kak dan lupa waktu jadi sering terhambat tugas ku kak. Dan temanku juga kak selalu na ajakka untuk main game online baru banyak mi juga tugas sekolahku kak. Itumi tidak bisaka kontrol diriku untuk tidak main game kak, apalagi kalau na ajakma temanku pergika pasti mabar, terlalu ke asikkan ka main game sama teman dan timku kak.
P	Mengapa anda malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena kalau belajar kebanyakan berfikir dan tidak tahu apa jawabnya dan lebih memilih main online karena seru dan bermain sama teman juga kak
P	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, bagaimana cara anda mengatur waktu anda dengan aktivitas lain anda?

WW	Dengan cara berhenti main game lalu mengerjakan aktivitas lainnya kak
P	Mengapa anda menghabiskan waktu dengan bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena dengan bermain game online saya mempunyai kesenangan tersendiri dan karena kalau melakukan aktivitas lain ka cepat ka bosan.
P	Bagaimana tanggapan kedua orang tua anda mengenai anda yang hanya fokus bermain <i>game online</i> saja?
WW	Jangan main game terus nanti nilai kamu rendah dan ketinggalan pelajaran itu na bilang mama ku kak.
P	Mengapa anda ingin terus memainkan game online sampai menang jika anda kalah?
WW	Karena disitu letak keseruannya lebih menantang untuk mencapai kemenangan dalam bermain game online.
P	Bagaimana tanggapan teman anda mengenai anda yang hanya fokus bermain <i>game online</i> ?
WW	Tanggapannya temanku kak ada sebagian teman ku mengajak main game online dan sebagian juga mengajak untuk lebih memetingkan tugas sekolah.
P	Saat bermain game online, mengapa anda hanya bermain <i>game online</i> dirumah saja?
WW	Sebenarnya tidak di rumah terus ka main kak, sering ka juga main di rumahnya teman ku atau tempat latihan ku sama teman ku itu di tempat nongkrong atau café kak.
P	Mengapa anda kurang berbaur dengan masyarakat karena hanya bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena kalau tetanggaku kak tidak terlalu akrab dan tidak terlalu peduli apa ku lakukan kak. Tapi ada ji juga teman ku kak ku temani mian game biasa dia kerumah atau saya ke keluar rumah.
P	Mengapa anda cenderung lebih ingin menyendiri?
WW	Karena kalau menyendiri itu kak lebih tenang ki tidak ada yang ganggu, tapi saya kak jarangja menyendiri karena selaluja sama temanku apalagi kalau mau mabar game online kak.
P	Bagaimana kondisi yang anda rasakan ketika fokus bermain <i>game online</i> ?
WW	Yang kurasakan itu saat fokus ka kak kondisinya saat main game itu lebih terarah cara ku main game online supaya bisa ka menang, dan memang we kak kalau main game ki harus ki fokus karena kalau tidak fokus ki tidak bisa ki tu menang hahaha.
P	Bagaimana respon tetangga anda jika melihat anda hanya fokus bermain <i>game online</i> ?
WW	Responnya tetangga ku kak tidak adaji, karena tidak terlalu peduli ji dia kak, apalagi kalau tentang main game online ka
P	Bagaimana suasana saat anda bermain <i>game online</i> ?
WW	Suasananya itu sangat menyenangkan dan seru ka kak karena merasa tertantang, baru ini game yang kumainkan game PUBG itu game PUBG kak tembak-tembak, intinya seru sekali kak.
P	Mengapa anda membutuhkan biaya untuk bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena untuk memperindah karakter yang kugunakan di dalam kak. Contohnya kak seperti kalau mau ki kasih bagus senjata ta kasih cantik kak dan baju karakternya juga bisa di beli pakai UCI atau sebagai penukaran uang, kalau banyak skin senjata dan baju ta to kak kalau na lihat ki, bagus juga itu loby ta karena banyak skin-skinnya hahaha.
P	Berapa kali anda membeli kuota internet dalam 1 bulan untuk bermain <i>game online</i> ?
WW	Kalau saya to kak sebenarnya dua hp ku ada yang khusus untuk game dan ada yang khusus untuk pribadi kak, jadi kalau untuk kuota main game 2 kali ka beli dalam 1 bulan kak karena kalau kuota game itu banyak na pakai data internet dan untuk khusus hp yang satunya itu kuota belajar dan aplikasi sosial media lainnya satu kali ji dalam sebulan kak.
P	Bagaimana penyebab sehingga anda bermain <i>game online</i> secara terus-menerus?
WW	Penyebabnya itu kak sehingga terus-meneruska main game online itu karena seru sekali dan bikin senang kak baru lebih menantang, apalagi yang kumainkan kak game PUBG itu tertantang sekali ki untuk mainkan i.

P	Mengapa anda biasa merasa malas mengerjakan tugas sekolah dan lebih mementingkan bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena kak kalau mengerjakan tugas itu merasa bosan ka kak baru tidak ku tahu juga mau jawab apa dan biasanya kulihat ji tugas sekolahnya teman ku. Jadi main game online ji yang ku suka kak.
P	Bagaimana perasaan anda ketika teman anda mendapatkan juara dalam bermain <i>game online</i> ?
WW	Ya senang kak karena ini teman juga termsuk dalam tim ku kak jadi setiap turnamen yang mendapatkan juara akan mendapatkan prestasi atau sertifikat dan uang dan untuk manambah popularitas atau lebih dikenal banyak orang terutama tim esport lainnya di bone kak.
P	Menurut anda, mengapa anda merasa gelisah jika tidak bermain <i>game online</i> dalam sehari?
WW	Kurang kurasa kak kalau tidak main game ka dalam sehari karena sudah jadi kebiasaan ku mi itu kak dan keseharian ku mi memang juga kak.
P	Mengapa anda memainkan <i>game online</i> hanya 1 saja?
WW	Karena itu game PUBG yang kumainkan seru sekali game tembak-tembak, dari dulu memang kumainkan itu kak, awalnya temanku yang sarankan ka maini itu na bilang teman ku maini coba ini PUBG seru tu mbe, pas ku mainkan ternyata seru sekali kak keluar memangmi skill ta disitu. Jadi itu terus mi kumainkan sampai sekarang
P	Menurut anda mengapa <i>game online</i> dapat melarikan diri dari masalah?
WW	Karena menurut saya kalau sedang dalam main game maka kak pasti fokus ka dan kunikmati pada saat main game karena seru dan sama ka teman tim ku seperti masuk maka di dalam dunia game, jadi kalau ada masalah ku kalau tidak bisa maka hadapi pasti pelarianku itu ke game online dan ku lupakan mi semua masalah ku kak
P	Mengapa anda merasa murung ketika sedang <i>offline</i> , yang mana perasaan itu hilang ketika bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena sudah terbiasa maka mengisi waktu ku main game kak jadi kalau offline ka atau tiba-tiba habis kuota ku padahal masih dalam game pasti murung ka kak jadi kalau habis mi kuotaku langsung buru-buru beli kuota.
P	Mengapa jika anda kalah dalam bermain <i>game online</i> anda harus kembali bermain <i>game online</i> untuk membalas kekalahan?
WW	Karena kalau kalah maki main game PUBG kak pasti balas dendam di match selanjutnya ka sampai ku menang, dan kukembalikan lagi KD yang kurang ka gara-gara kalah kak.
P	Ketika merasa stress mengapa anda memilih <i>game online</i> ?
WW	Ya sudah kubilang tadi kak kalau lagi streska atau ada masalah yang ku hadapi ya pelarian ku itu lari ke game kak. Karena tidak ada mi selain game ku mainkan, tidak ada yang bisa hilangkan stresku kak dan senang ka juga memang main game online kak.
P	Mengapa anda senang memainkan <i>game online</i> yang tertantang untuk melawan musuh?
WW	Karena disitumi letak keseruannya kak, apalagi lawan yang juga jago main gamenya dan ku kalahkan kak dengan strategi ku dan disitumi rasa kepuasan ku dan rasa bangga karena bisa mengalahkan lawan yang cukup hebat.
P	Mengapa <i>game online</i> mengharuskan anda untuk membeli UCI atau sebagai penukaran uang?
WW	Menurutku kak, karena kalau membeliki UCI untuk memperindah karakter yang kugunakan.
P	Mengapa harus membeli UCI dalam Skin <i>game online</i> ?
WW	Karena kalau beli ki UCI dalam skin game online untuk menambah koleksi baju skin dan senjata skin, karena bosan ka kak itu-itu terus dipakai, dan setiap bulan itu ada event, event itu mengeluarkan skin yang keren dan mahal dan banyak juga pro player

	membeli baju skin itu untuk na perlihatkan dan itu juga kenapa mauka top up untuk beli baju skin itu supaya bisa ku lihat kan temanku
P	Mengapa anda pernah berbohong dan mencari alasan untuk meminta uang membeli kuota bermain <i>game online</i> ?
WW	Karena tidak adapi penghasilanku kak beli kuota sendiri, kalau mintaka sama orang tua ku untu beli kuota terus pasti na marahika karena sering maka di tegur sama orang tua ku dilarang terlalu sering main game jadi di batasi kuota ku kak. Maka dari itu lain ku bilang di orang tua ku karena jujur ka namarahika, karena itu kak kalau na tau na bilang untuk game terus tu.

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 06) Hasil Wawancara

Kode : WWC06/140222/SM/OT
 Lokasi : Rumah Konseli
 Teknik : Wawancara (WWC) di rumah konseli
 Informan : Orang Tua (OT) Nama/Inisial : DA
 Hari/Tanggal : Senin, 14 Februari 2022
 Tempat : Rumah Konseli
 Waktu : Pukul 14.30-16.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

DA merupakan ibu kandung dari WW (Konseli) yang dijadikan sebagai sumber informasi untuk menguji hasil validitas wawancara yang telah dilakukan bersama konseli. Sebelum mengadakan wawancara dengan informan, peneliti terlebih dahulu mewawancarai konseli untuk mendapatkan gambaran kecenderungan perasaan kecanduan *game online* yang dialaminya yang kemudian data dicocokkan berdasarkan pengakuan dari ibunya secara langsung selaku keluarga. Peneliti menanyakan kesiapan WW untuk diwawancarai langsung. Sebagai perantaranya, kemudian disepakatilah waktu wawancara dilakukan pukul 14.30 WITA.

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* pada konseli berinisial MKS.

Keterangan :

P : Peneliti
 DA : Inisial Informan

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum ibu, bagaimana kabarnya hari ini bu?
DA	Waalaikumsalam nak, Alhamdulillah baik nak.
P	Ohiye ibu, perkenalkan saya Aika ibu. Salam kenal bu.
DA	Iye salam kenal nak.
P	Ohiye ibu, maaf ibu sebelumnya ibu sudah tahu tujuan saya datang kesini bu?
DA	Ohiye, tadi WW sampaikan katanya ada yang mau wawancara dengan ibu
P	Iye betul bu, saya mau wawancara terkait WW
DA	Ohiye bisa nak, silahkan
P	Iye bu, berapa lama waktu yang ibu mau untuk wawancara hari ini? Saya menawarkan waktu sekitar 45-60 menit. Apakah ibu setuju?
DA	Iye begitumi nak
P	Ohiye bu, sudah bisa saya mulai bu?
DA	Iye nak mulai miki silahkan
P	Mengapa WW tidak fokus saat melakukan aktivitas bu?
DA	Karena ini anak nak, kalau setiap ada na lakukan pasti tidak serius i apa yang disuruhkan. Gara-gara itu selalu begadang kulihat setiap malam ma game-game kulihat
P	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh MKS bu?
DA	Sering i kehilangan fokus kalau di panggil i tidak balek i. pernah juga na suruh ka belikan parecetamol sakit na bilang kepalanya sudah main game.
P	Mengapa WW sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain game online bu?
DA	Karena itu anak nak. Susah sekali di suruh karena kalau di rumah main game saja na kerja kalau main gamemi tidak na peduli aktivitas lain nak.

P	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana cara WW mengistirahatkan tubuhnya bu?
DA	Dengan cara pergi tidur kuliaht baru na kunci pintu kamar nak.
P	Mengapa WW merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> bu? apalagi pada saat begadang
DA	Gara-gara itu main game nakerja setiap hari baru begadangmi, kalau makan i biasa kulihat sambil main game i, selalu begadang itu nak tidak ada istirahatnya untu game yang di hpnya. Pernah bilang sama saya sakit matanya karena main game, makannya juga tidak teratur bagaimana tidak sakit kepala dan pusing i, nak.
P	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ibu ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
DA	Karena itu anak kalau main game makan tidak teratur mi makannya juga jadi kalau keluar mi di kamarnya pasti na bilang ke saya sakit kepala dan pusing
P	Bagaimana cara yang WW lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala ibu?
DA	Yang WW lakukan itu kalau mulai mi sakit kepalanya sering na pegang kepalanya dan minta i ke saya obat parecetamol ke saya nak.
P	Mengapa WW sering terbangun pada saat malam hari bu?
DA	Kalau soal itu tidak ku tahu kalau sering i begadang atau tidak nak tapi biasa ku dapat itu anak bangun tengah malam pergi bikin kopi atau teh dan makanan nak baru ma game mi kulihat.
P	Mengapa WW sulit untuk tidur pada malam hari bu?
DA	Karena sering i kudapat begadang tengah malam, gara-gara itu mi gamenya pa ma game i na sering susah tidur kalau malam nak.
P	Mengapa raut muka WW terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari bu?
DA	Kerena tidak na atur makannya baru kalau dirumah main game ji na kerja dan sering mengeluh sakit kepala, pusing dan sakit matanya.
P	Mengapa WW sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi bu setelah bermain <i>game online</i> ?
DA	Karena bagaimana mau konsenstrasi kalau itu anak sering begadang dan telat makannya kalau di suruh juga asal-asalan na kerja nak.
P	Setelah bermain <i>game online</i> , mengapa WW kehilangan keseimbangan tubuh bu?
DA	Karena itu nak semenjak mulai main game di hpnya jadi pola makannya tidak teratur mi baru sering bagadang dan selalu mengeluh ke saya sakit kepalanya dan pusing nak
P	Bagaimana kondisi yang WW rasakan bu ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?
DA	Kondisi yang na rasakan itu anak kalau kulihat main game terus di kamarnya dan selesai mi main game, keluar dari kamarnya pasti pusing na rasa kepalanya baru oleng oleng kalau jalan i terus na pijit-piji terus kepalanya, itumi biasa minta paracetamol di saya.
P	Bagaimana cara yang dapat WW lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali bu?
DA	Dengan perbanyak istirahat dan tidurnya harus teratur nak. Karena gara-gara game itu. Kalau keluar sama temannya tengah malam pi baru pulang dirumah.
P	Bagaimana pola makan WW selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> bu?
DA	Selama dia aktif-aktifnya main game, mulai mi malas makan nak karena itu selalu main game na kerja di rumah dan juga kalau dirumah sebentar ji sudah keluar mi kerumahnya temannya jadi biasa malam pi baru di rumah i dan kalau di rumah baru pi makan pernah satu kali ji makan sehari itu anak mulai mi kurus karena makannya susah mi dia atur nak.
P	Mengapa pola makan WW tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> bu?
DA	Bagaimana mau teratur makannya itu anak kalau di suruh makan dia abaikan ji dia bilang sebentar-sebentarpi dan akhirnya tidak makan i gara-gara itu main game na kerja terus dan sering i bicara sendiri di hpnya.
P	Ketika WW ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang WW lakukan bu?

DA	Tidak ku tahu juga nak kalau soal itu.
P	Mengapa WW ingin diakui ibu jika menang dalam bermain <i>game online</i> ?
DA	Sering ji kulihat main game na pegang terus hpnya, tapi kurang tahuka itu nak kalau tentang gamenya.
P	Mengapa WW lebih bersemangat bermain <i>game online</i> bu?
DA	Karena dari dulu ji suka main game dan dulu sering ku dapat sama minta izin sama saya, itu anak main game di warnet dari pagi sampai sore, pernah juga sampai malam. Jadi karena itu mi kalau main game selalu i bersemangat dan tidak mau di ganggu kalau main game mi.
P	Mengapa WW tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> bu?
DA	Karena kebiasaan mi dari dulu nak. Main game dari waktunya kecil di tempat warnet nabilang, karena itu anak tidak pulang-pulang i dari pagi sampai malam, waktu kesana ka jemput i marah-marah i karena tidak mau pulang. Terus waktu ku antar mi pulang biar sampai di rumah marah i sampai-sampai bapaknya marah-marah juga sama ini anak, jadi semenjak itu tidak terlalu ku larang mi kalau main game jadi sekarang itu anak kalau main susah mi na kendalikan dirinya kalau main game-game nak.
P	Mengapa WW tidak dapat mengatur waktu bu?
DA	Karena kebanyakan na kerja nak dan teman-teman juga sering kerumah pergi main game saja jadi susah mi na atur waktunya.
P	Mengapa WW tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu bu?
DA	Karena itu mi nak main game ji na tahu, paginya pi baru i na ingat bilang ada tugas yang dikasih kan gurunya, dan bagaiman juga caranya mau na kerja tugasnya nak kalau kalau main game mi tidak mau di ganggu jadi kalau main mi ini pasti ke kamarnya kulihat, dan kalau disuruhmi belajar atau kerja tugasnya pasti marah-marah atau pura-pura tidak mendengar apa yang di bilang apa lagi pada saat main game i tambah malah tidak peduli dan tidak mau di ganggu pada saat main game i.
P	Bagaimana yang WW lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah bu?
DA	Dengan berhenti dulu main game dan fokus sama tugasnya nak.
P	Mengapa WW merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah bu karena metode pembelajarannya yang monoton?
DA	Karena itu anak magampangi bosan kalau ada na kerja yang tidak suka nak, jadi kalau ada tugas yang tidak na mengerti pasti pergi ji main game lagi nak
P	Mengapa WW sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga WW lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> bu?
DA	Karena sempat i mengeluh sama saya na bilang semenjak sekolah online i banyak tugasnya dikasih kan sama gurunya jadi yang kulihat waktu i mengeluh langsung i pergi keluar kerumahnya temannya na bilang mau pergi main game di rumahya temannya
P	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana WW mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya bu?
DA	Waktu belajar di rumah online i jadi kakaknya biasa na bantu i kerja tugasnya atau ada yang tidak na tahu di pelajarannya dan biasa juga ada kakak sepupunya bantu kerja tugas yang tidak na mengerti nak. Dan saya itu ku kasi tahu i saja bilangka rajin belajar supaya dapat nilai yang bagus, itu kakaknya sering ji bantu kerja tugas atau ada tugas ada yang tidak dia tahu dibantu i. Ku kasi tahu juga jangan main game terus yang dikerja karena itu yang buat malas jadi sekarang harus rajin belajar kalau ada tidak di mengerti ada ji kakak ta yang ajar. Itu yang kukasi tahukan i itu kalau malas belajar sama kerja tugas sekolahnya.
P	Bagaimana cara ibu sebagai orang tua WW menuntut WW untuk mendapatkan peringkat di kelas?
DA	Dengan cara sering saya ingatkan belajar jangan main game terus tu lihat itu sepupumu dapat rangking masa mau di kalah. Jadi dengan harus ka lebih lebih perhatikan belajarnya atau di awasi sama bapaknya sama ada juga kakaknya yang ajar i terus supaya bisa cepat mengerti pelajaran yang di kasihkan sama gurunya dan dapat juga nilai yang bagus dan semoga dapat peringkat yang tinggi di kelasnya nak.

P	Bagaimana cara ibu sebagai orang tua WW untuk melarang/membatasi WW untuk bermain game online jika bermain <i>game online</i> dengan waktu yang sangat lama?
DA	Kalau saya nak tidak na dengar ka apa yang kularang tentang main game tapi lebih ke bapaknya yang marahi kalau bapaknya mi itu tegur i pasti berhenti main game baru pergimi di kamarnya, tapi tidak ku tahu kalau na lanjut si di kamarnya main game.
P	Mengapa ibu sebagai orang tua mengarahkan WW untuk mengikuti kursus atau les?
DA	Karena itu anak nilainya kulihat nilainya di sekolah menurun nilai matematikanya, pernah juga na telponka gurunya di sekolah. Jadi saya suruh saja untuk belajar sama kakaknya, tidak kusuruh ji ikut kursus karena na tahu tahu kakaknya kalau pelajaran hitung-hitung apalagi matematika. Jadi di kakaknya saja belajar kuperhatikan mi juga disitu. Tapi kadang mi juga malas i pergi keluar sama temannya.

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 03) Hasil Wawancara

Kode : WWC03/160222/NN/S
 Lokasi : Rumah Sahabat Konseli
 Teknik : Wawancara (WWC) di rumah sahabat konseli
 Informan : Sahabat (S) Nama/Inisial : AT
 Hari/Tanggal : Rabu, 16 Februari 2022
 Tempat : Rumah Sahabat Konseli
 Waktu : Pukul 16.00-17.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* pada konseli berinisial MKS.

Keterangan :

P : Peneliti
 AT : Inisial Informan

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, bagaimana kabarnya hari ini dek?
AT	Waalaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh, Alhamdulillah baik kak.
P	Alhamdulillah, sebelumnya saya ingin perkenalkan diri terlebih dahulu. Nama saya Aika. Salam kenal yah dek.
AT	Iye kak. Salam kenal.
P	Ohiya dek, Sudah tahu alasan kita ketemu hari ini?
AT	Iye kak, hari ini mau wawancara
P	Berapa lama waktu yang kamu inginkan untuk wawancara hari ini? Saya menawarkan waktu sekitar 45-60 menit. Apakah kamu setuju?
AT	Iye kak begitumi
P	Ohiya dek tidak usah terlalu canggung ataupun tegang selama wawancara. Anggapmi saja berbicara santai.
AT	Iye kak.
P	Apakah kamu sudah siap untuk mengikuti proses wawancara?
AT	Iye sudah siap kak.
P	Mengapa WW tidak fokus saat melakukan aktivitas?
AT	Karena WW itu orangnya kak tidak terlalu fokus melakukan aktivitas lain kecuali main game online kak karena saya sama WW sudah berteman dari kecil kak jadi ku tahu tentang dia. Dan selalu ma juga lihat begitu kondisinya kak yang tidak fokus melakukan aktivitasnya, kalau kerumahnya pergi main kak atau sama-sama ka juga mian game di sana dan selalu ma lihat ki sering sakit kepalanya dan pusing kak jadi itumi yang buat tidak fokus melakukan aktivitasnya karena terlalu lama main game.
P	Setelah bermain <i>game online</i> , bagaimana dengan keseimbangan tubuh WW?
AT	Kalau yang saya lihat kak kalau ke rumahnya ka, kalau main gamenya itu terlalu lama pasti sakit na rasa dan pusing pasti merah juga matanya kak karena terlalu lama main kak dan kalau lama duduk to dan langsung berdiri begitu pasti kayak mau jatuh gelap

	penglihatannya kak. Baru pernah juga bilang sama saya kak kalau samaka mabar.
P	Mengapa WW sulit mengatur aktivitas fisik setelah bermain game online?
AT	Karena itu mi kak kebanyakan aktivitasnya kecuali makan dan tidur itu main game ji saja na kerja kak di rumahnya sama pergi nongkrong untuk mabar sama ka main game juga kak.
P	Bagaimana cara WW mengistirahatkan tubuhnya?
AT	Yang kuliat kak dengan cara tidur kak. Baru rata-rata juga orang lain begitu kak, termasuk saya hahaha
P	Mengapa WW merasa pusing dan sakit kepala ketika bermain <i>game online</i> ? apalagi pada saat begadang?
AT	Karena terlalu lama main game kak dan tidak berhenti main game sampai jadi kalau main lama seperti itu mi kak sakit mi kepalanya, pusing dan sakitmi matanya karena terlalu lama lihat hpnya kak.
P	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ketika merasa pusing dan sakit kepala akibat bermain <i>game online</i> ?
AT	Kondisi yang dia rasakan itu kak sakit kepalanya dan oleng oleng pelihatannya katanya kak karena itumi kak efek sampingnya mi kalau terlalu lama main game dam jarang na istirahatkan matanya kak.
P	Bagaimana cara yang WW lakukan ketika merasa pusing dan sakit kepala?
AT	Kalau na bilang mamanya ke saya kak karena mamanya juga sering mengeluh ke saya na bilang kak kenapa itu WW kalau main game i pasti sakit kepala baru pusing jadi na suruh ka ambilkan obat parecetamol, itu katanya mamanya kak.
P	Mengapa WW sering terbangun pada saat malam hari?
AT	Karena sudah terbiasa mi main game, jadi kalau orang itu kak kalau sering maki begadang pasti refleksi ki kalau tengah malam mi kak.
P	Mengapa WW sulit untuk tidur pada malam hari?
AT	Karena selalu bagadang kak. Pernah ka bermalam dirumanya mabar ki sama
P	Mengapa raut muka WW terlihat lesu/lemah ketika begadang pada malam hari?
AT	Karena kurang tidurnya kak jadi kalau pelajaran online seperti zoom dan meet kan pagi itu pelajaran dan biasa kulihat kalau di zoom kak kalau na buka kameranya lesu mukanya.
P	Mengapa WW sulit berkonsentrasi atau kehilangan konsentrasi setelah bermain <i>game online</i> ?
AT	Ya karena itu mi kak kebanyakan aktivitasnya main game online jadi setiap ada na kaerja atau kerja tugas atau guru menjelaskan pasti tidak konsentrasi dan ngantuk kak.
P	Setelah bermain game online, mengapa WW kehilangan keseimbangan tubuh?
AT	Karena kak kalau keseringan ki main game dan terlalu lama efek sampingnya itu susah ki fokus sama hal yang di kerja dan kalau melakukan aktivitas kak pasti ada oleng sedikit kak.
P	Bagaimana kondisi yang WW rasakan ketika kehilangan keseimbangan tubuh akibat bermain <i>game online</i> ?
AT	Kondisi yang dia rasakan kak itu, kehilangan keseimbangannya kak pada saat melakukan aktivitas kak karena kurangnya tidur dan pola makan tidak teratur kak.
P	Bagaimana cara yang dapat WW lakukan agar dapat berkonsentrasi kembali?
AT	Dengan cara melakukan, tidurnya harus teratur kembali kak dan pola makannya harus teratur. itu menurut saya kak
P	Bagaimana pola makan WW selama mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
AT	Kalau soal itu kurang tahu kak.
P	Mengapa pola makan WW tidak teratur semenjak mengenal dan memainkan <i>game online</i> ?
AT	Saya juga tidak tahu soal itu kak. Karena tidak sama rumah ka kak tidak setiap harika bermalam.
P	Ketika WW ingin memiliki dan memperoleh nilai yang tinggi dalam <i>game online</i> , bagaimana cara yang WW lakukan?

AT	Dengan cara harus lebih rutin main gamenya kak karena dia kan sama timnya sering ikut turnamen jadi menurut ku kak kalau WW ingin mendapat nilai yang tinggi dalam game dia harus lebih rutin lagi main gamenya kak karena banyak juga playe-player dan tim-tim yang lebih kuat dari dia dan timnya jadi harus ki lebih sering main game agar skillnya dalam main game online meningkat kak, harus na dapat juga concueror karena kalau dapat maki rank begitu itu juga sebagai kebanggan dalam dunia game karena hanya 500 orang ji di dunia yang bisa masuk di rank/point jadi WW pertahankan keahliannya dalam main game online kak
P	Mengapa WW ingin diakui jika menang dalam bermain <i>game online</i> ?
AT	Karena dia kak orangnya itu semangat sekali kalau main game kak apa lagi sama mi teman timnya kak pasti bersemangat sekali mi dan kenapa ingin mau di akui kak karena banyak juga temannya dan tim lainnya yang hebat main gamenya kak jadi WW ini lebih rajin main game dan lebih fokus melakukan bermain gama dari pada aktivitas lainnya jadi dia inigin di akui bahwa dia memang hebat dalm bidang ini kak.
P	Mengapa WW lebih bersemangat bermain <i>game online</i> ?
AT	Karena sudah kebiasaan mi kak dari dulu karena waktu kecil sering ka sma dia sama teman ku yang lain juga kak sering ka ke warnet sama-sama ka tapi dia lebih senang kak kalau soal main game tembak-tembak jadi sampai sekarang dia itu kesehariannya main game sendiri atau sama teman kak dan apa lagi sekarang kak dengan seringnya mi main sampai-sampai terbentuk mi tim untuk khusus game PUBG jadi WW itu lebih rutin latihan main gamenya agar timnya bisa dapat juara di turnamen PUBG kak. Jadi makin seringnya main game kalau ada na lakukan sesuatu baru yang na lakukan itu apalagi kalau bosan i kak.
P	Mengapa WW tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> ?
AT	Karena itu kak sudah kesenangannya itu main game kak jadi kalau sudah di dalam game kak yang saya lihat dia lebih bersemangat kak dan senang. Karena kalau tidak main game saja dalam 1 hari kak seperti ada yang kurang dia rasa kak dan sempat juga waktu masih dalam belajar online kan ini memang ini pelajarannya tidak terlalu na suka WW membosankan katanya karena mata pelajaran matematika lagi kak yang tidak dia suka dan waktu itu dalam pembelajaran online mi kan bosan sekali mi na rasa itu makin bosannya itu pergi main game online sembunyi-sembunyi dan na matikan saja kameranya lalu main game online i kak karena samaka zoom itu dirumahnya, itu mi jadi bisa di bilang susah mi kendalikan dirinya untuk bermain game karena biar bosan begitu saja pergi ji main game online kak.
P	Mengapa WW tidak dapat mengatur waktu?
AT	Karena waktu kesenagannya itu suka main game kak jadi sampai sekarang itu kegiatannya main game saja kak, Dan kegiatan yang lain susah mi na atur waktunya karena kurangnya tidur itu saja klau sudah pelajaran online pasti pergi ji tidur kak karena kurang tidurnya kalau malam kak.
P	Mengapa WW tidak dapat menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu?
AT	Karena kalau di dalam game mi kak na lupa mi makin keasikannya mian game kak dan ku tegur ji bilang kerja tugas mi lewat WA kak tapi responnya dia bilang sebentarpi jadi kalau kalau selesai mi main game tidurmi baru paginya baru dia ingat kak baru pa distu na WA minta jawabannya dari tugasnya. Dan paginya pi baru sibuk karena baru na ingat bilang ada tugasnya jadi biasa itu paginya pi kak baru na telfon ka atau na chat ka minta jawaban di saya kak.
P	Bagaimana yang WW lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah?
AT	Kebanyakan nyontek kak hahaha tapi biasa kerumahnya ja kak bantu kerja tugas sama-sama ka kerja tugas di rumahnya.
P	Mengapa WW merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton?
AT	Karena dia orangnya saja kak tidak terlalu peduli ji sama tugasnya kak jadi kalau jenuh bosan na rasa sama materi pelajaran apalagi pelajaran matematika tidak na tahu juga cara

	kerjanya. Lalu kalau adami ajakan main game pasti ikutmi juga main game online kak, kalau sementara sudah mi dikasi ki tugas sama guru. Kalau tidak na tahu kerja i kak menyontekji, seperti saya juga begitu ka kak.
P	Mengapa WW sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> ?
AT	Karena tugas yang di berikan itu banyak kak bukan hanya satu atau dua, banyak di kasih kan ki tugas apa lagi pelajaran yang dia yang tidak na suka yaitu matematika pasti kebanyakan mengeluhnya dari pada na kerja tugas sekolahnya kak.
P	Saat pembelajaran dari rumah, bagaimana WW mendapatkan dukungan dari orang lain mengenai proses belajarnya?
AT	Saat pembelajaran di rumah kak dia semakin malas dan lebih bosan kak jadi saya kak beri dukungan ke dia yaitu kerumahnya ka pergi kerja tugas sama-sama dan dia juga kak kalau dirumahnya itu kalau bukan main game pasti tidur i kak. Jadi itu datang ka dirumahnya ingatkan i bilang ada tugas ta baru di kerja sama-sama tugasnya jangan selalu main game online mubukin. Jadi ku dukung terus ini temanku kak dalam hal belajar dan apalagi pembelajaran online kak tambah malas mi na kerja tugasnya. Itumi kak datang ka di rumahnya dukung atau ku temani belajar supaya semangat lagi.

Hasil Wawancara Catatan Lapangan Bersama Konseli

Catatan Lapangan (CL. 08) Hasil Wawancara

Kode : WWC08/210222/AM/GBK
 Lokasi : Ruang BK SMA Negeri 13 Bone
 Teknik : Wawancara (WWC) di ruang BK
 Informan : Guru BK (GBK) Nama/Inisial : AM
 Hari/Tanggal : Senin, 21 Februari 2022
 Tempat : Ruang BK SMA Negeri 13 Bone
 Waktu : Pukul 09.00-10.00 WITA
 Peneliti : Aika Rahmatika Asri

Gambaran situasi :

AM merupakan guru BK dari WW sehingga dijadikan sumber informasi untuk menguji validitas hasil wawancara yang telah dilakukan bersama konseli. Sebelum mengadakan wawancara dengan informan, peneliti terlebih dahulu mewawancarai konseli untuk mendapatkan gambaran mengenai kecanduan game online dan sistem belajarnya selama pandemi ini yang dialaminya yang kemudian data dicocokkan berdasarkan pengakuan dari sahabatnya langsung. Peneliti menanyakan kesiapan AM untuk diwawancarai. Kemudian disepakatilah waktu wawancara dilakukan pada pukul 10.00 WITA.

Tujuan Wawancara :

Mengetahui gambaran kecanduan *game online* dan sistem belajarnya di era pandemi pada konseli berinisial WW.

Keterangan :

P : Peneliti
 AM : Inisial Informan

Uraian Percakapan

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, bagaimana kabarnya hari ini pak?
AM	Waalaiikumsalam warahmatullahi wabarakatuh, Alhamdulillah baik nak.
P	Iye pak, hari ini bapak mungkin sudah mengetahui alasan saya bertemu dengan bapak.
AM	Iya nak, hari ini kita mau wawancara
P	Berapa lama waktu yang bapak inginkan untuk wawancara? Saya menawarkan 45-60 menit, apakah bapak setuju?
AM	Iya begitumi saja nak
P	Selama belajar dari rumah mata pelajaran apa yang WW rasa paling berat pak?
AM	Sama juga dengan siswa kasus ta tadi yang 1, berdasarkan informasi dari wali kelasnya yang disampaikan juga sama guru mata pelajaran matematika bahwa nilainya ini WW menurun dan tidak na perbaiki yang sudah na perbaiki. Sebenarnya 4 siswa yang bermasalah dengan guru mata pelajaran tersebut di kelas itu, dan kebetulan yang 2 itu jadi kasusta juga nak. Kalau ini yang WW sudah juga dihubungi orang tuanya, kalau ini WW memang malas mengerjakan tugas sekolahnya, sulit sekali dalam pelajaran matematika. Penyebabnya malas mengerjakan tugas yang disampaikan orang tuanya selalu main game sampai begadang. Saya rasa permasalahannya sama juga nak.
P	Mengapa MKS tidak memahami materi pembelajaran selama belajar dari rumah/ <i>online</i> pak?
AM	Saya rasa hampir sama dengan beberapa siswa lainnya yah karena dia tidak mengerti dengan materi pembelajaran yang disampaikan gurunya melalui aplikasi zoom, google meet, ataupun wa.
P	Selama pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> , bagaimana arahan/bimbingan dari guru

	terkait materi yang diberikan pak?
AM	Selama belajar daring guru mata pelajaran memberikan materi melalui aplikasi zoom, google meet, ataupun WA. Lalu ada juga guru mata pelajaran memberikan tugas melalui aplikasi tersebut kemudian menyuruhnya membawa ke sekolah dan dikumpul di atas mejanya.
P	Tugas sekolah apa yang paling membebaninya pak?
AM	Berdasarkan yang disampaikan wali kelasnya dari info guru mata pelajaran matematika, yang dia rasa susah itu matematika nak.
P	Mengapa WW terganggu ketika ada suara dari luar saat pembelajaran dari rumah/ <i>online</i> berlangsung pak?
AM	Bisa jadi itu membuatnya tidak fokus dalam menerima pembelajaran. Saya rasa begitu yah. Biar kita kalau mendengarkan suara dari luar baru sementara fokus pasti membuat ki tidak fokus. Ibunya WW ini juga bilang waktu dihubungi tidak fokus dan terganggu itu dikarenakan ada memang suara yang lain seperti anak kecil. Dan yang paling membuat i terganggu dalam hal seperti pembelajaran online yaitu jaringan yang tidak stabil kadang baik kadang tidak baik jadi kalau jelek mi jaringannya pusing mi di tambah lagi suara anak kecil tambah pusing nak.
P	Bagaimana kondisi yang dirasakan WW ketika tidak konsentrasi dalam belajar pak?
AM	Kondisi yang dirasakan mungkin dia memikirkan hal lain sehingga dia tidak fokus dalam menerima pembelajaran, bisa jadi yah. Karena rata-rata seperti itu.
P	Bagaimana dengan kondisi dilingkungan rumah WW, apakah WW merasa nyaman pak?
AM	Berdasarkan yang disampaikan ibunya saat dihubungi, karena sempat kita tanyakan mengenai kondisi rumahnya yang mungkin menyebabkan malas mengerjakan tugas. Yang disampaikan ibunya itu biasa saja kondisi rumahnya.
P	Bagaimana cara guru mengajar selama belajar dari rumah/ <i>online</i> pak?
AM	Memberikan materi pembelajaran melalui aplikasi zoom, google meet, dan ada juga yang memakai WA.
P	Mengapa WW cenderung memikirkan hal yang lain ketika pembelajaran berlangsung pak?
AM	Kalau itu saya kurang tahu karena saya tidak mengikuti dalam pembelajaran berlangsung, tapi bisa jadi karena dia bosan ketika pembelajaran berlangsung dan memikirkan hal yang buat dia senang misalnya game online karena dia senang main game yang disampaikan orang tuanya.
P	Ketika pembelajaran berlangsung, hal apa yang biasa WW lakukan diluar pelajaran pak?
AM	Itu juga saya kurang tahu nak, karena saya tidak mengikuti proses pembelajarannya.
P	Mengapa WW biasa merasa malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena materi tidak dipahami pak?
AM	Berdasarkan informasi dari orang tuanya dia malas mengerjakan tugas sekolah karena ini WW main game terus dia kerja setiap hari sampai- sampai begadang.
P	Mengapa WW bermain <i>game online</i> selama pembelajaran dari rumah berlangsung pak?
AM	Kalau mengenai bermain game online selama pembelajaran saya juga kurang tahu soal itu. Tapi memang dia sering bermain game online setiap hari sampai begadang yang disampaikan ibunya.
P	Bagaimana yang WW lakukan ketika WW ingin menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tetapi tidak tahu cara mengerjakannya pak?
AM	Menurut saya mungkin seperti beberapa siswa yang lainnya kalau menyelesaikan tugas sekolah dan tidak tahu ki cara menyelesaikannya bertanya sama teman mengenai materi pelajaran tersebut.
P	Bagaimana WW menyesuaikan diri ketika pembelajaran kembali normal pak?

AM	Saya rasa dia pasti mengikuti ketentuan-ketentuan yang ada di sekolah, seperti siswa yang lain
P	Mengapa tugas sekolah WW terhambat dan sering menundanya dikarenakan lebih sering bermain <i>game online</i> pak?
AM	Karena memang dia senang dan asik main game online sampai dia lupa mi kerja tugasnya dan terhambat seperti yang disampaikan ibunya. Bisa jadi game online merupakan hal yang membuat WW senang dan tidak bosan sehingga memainkan game online secara terus-menerus dan bahkan untuk mengerjakan tugas saja MKS ini merasa bosan karena dia lebih senang bermain game saja dari pada mengerjakan tugas yang dia tidak di mengerti.
P	Mengapa WW malas mengerjakan tugas sekolah karena lebih sering bermain <i>game online</i> pak?
AM	Karena game online itu suatu hal yang membuat senang WW, tidak bosan, dan menantang sehingga dia lupa untuk mengerjakan tugas sekolahnya
P	Saat pembelajaran dari rumah berlangsung, Mengapa WW bermain <i>game online</i> secara terus- menerus pak?
AM	Karena memang WW ini suka dan senang main game online sampai begadang dia rasa asik itu game online, jadi tugasnya terhambat dan tertunda
P	Mengapa WW tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain <i>game online</i> pak?
AM	Berdasarkan yang disampaikan orang tuanya kalau ini WW main game online setiap hari sampai begadang. Jadi bisa disimpulkan dia tidak bisa mengendalikan dirinya untuk bermain game online karena sudah jadi kebiasaan dan kegiatan sehari-seharnya WW bermain game online sehingga sulit untuk mengendalikannya.
P	Mengapa WW tidak dapat mengatur waktunya dalam belajar pak?
AM	Karena dia sangat senang bermain game online seperti yang dibilang ibunya. Dia juga malas mengerjakan tugas sekolahnya.
P	Mengapa WW tidak dapat menyelesaikan tugas sekolahnya tepat waktu pak?
AM	Seperti yang saya bilang tadi nak bahwa WW ini tidak dapat menyelesaikan tugas sekolahnya karena dia bermain game online terus menerus dan sudah menjadi kebiasaan setiap harinya bermain game online.
P	Bagaimana cara yang harus WW lakukan untuk menyelesaikan tugas sekolah pak?
AM	Dengan cara mengurangi kebiasaannya bermain game online dan lebih rajin mengerjakan tugas sekolahnya agar tugas sekolahnya tidak terhambat dan tidak menundanya dan nilainya juga tidak menurun lagi. Kemudian mengatur waktu belajarnya sebaik mungkin nak.
P	Mengapa WW merasa bosan dan malas mengerjakan tugas sekolah karena metode pembelajarannya yang monoton pak?
AM	Sepertinya hampir sama dengan beberapa siswa yang lain dia malas mengerjakan tugas sekolah karena pembelajarannya yang monoton karena materi pembelajaran yang disampaikan sulit dimengerti dan dipahami karena cara yang monoton
P	Mengapa WW sering mengeluh dengan banyaknya tugas sekolah yang diberikan sehingga WW lebih memilih dengan bermain <i>game online</i> pak?
AM	Bisa jadi dia kurang memahami materi yang disampaikan pada saat pembelajaran berlangsung jadi dia malas mi mengerjakan tugas sekolahnya dan memilih bermain game online nak.

Lampiran 9 : Skenario

Skenario Pelaksanaan Penelitian

Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* pada 2 orang siswa di SMA Negeri 13 Bone

A. Tujuan

Tujuan dari penerapan teknik restrukturisasi kognitif secara umum adalah untuk mengurangi kecanduan *game online* pada seorang siswa di SMA Negeri 13 Bone. Secara khusus tujuan dari penerapan teknik restrukturisasi kognitif adalah sebagai berikut:

1. Proses pengubahan tingkah laku dengan satu atau lebih strategi melalui pengelolaan tingkah laku internal dan eksternal individu.
2. Penerimaan individu terhadap program perubahan perilaku menjadi syarat yang mendasar untuk menumbuhkan motivasi individu.
3. Partisipasi individu untuk menjadi agen perubahan menjadi hal yang sangat penting.
4. Generalisasi dan tetap mempertahankan hasil akhir dengan jalan mendorong individu untuk menerima tanggung jawab menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari
5. Perubahan bisa dihadirkan dengan mengajarkan kepada individu menggunakan ketrampilan menangani masalah.
6. 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.
7. Individu dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan hal-hal yang baik dan benar

B. Persiapan

Pada tahap ini fasilitator (peneliti) memfasilitasi pelaksanaan teknik self management, adapun kegiatan-kegiatan yang dilakukan antara lain:

1. Menyediakan media penunjang seperti:
 - a. Bahan informasi
 - b. Panduan pelaksanaan teknik self management

2. Menata setting pertemuan

- a. Tempat : Pelaksanaan kegiatan dilakukan di ruang Konseling Individual
- b. Perlengkapan : Perlengkapan yang dipakai adalah : meja, kursi, dan alat tulis menulis

C. Pelaksanaan

Pelaksanaan penanganan dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa di SMA Negeri 13 Bone, terdiri atas 4 tahapan pertemuan dan kegiatan perkenalan

Adapun kegiatan tersebut sebagai berikut:

1. Kegiatan 1: Perkenalan

Pokok Bahasan : Perkenalan

Tujuan Kegiatan : Memberi informasi awal kepada konseli dan konseli memperoleh kesiapan mental untuk menerima dan melaksanakan proses teknik *self management*.

Tempat pelaksanaan : Di ruang kelas SMA Negeri 13 Bone

Waktu Pelaksanaan

Lama Kegiatan : 1x30 menit

Sasaran Kegiatan : Siswa yang mengalami *kecanduan game online*

Pelaksanaan kegiatan

a. Pendahuluan

- Konselor membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan berdoa
- Konselor memperkenalkan diri dan mencairkan suasana dengan melakukan perkenalan dengan konseli dengan cara bercanda.
- Menjelaskan tujuan kegiatan

b. Pelaksanan

- Konselor menjelaskan sedikit tentang kecanduan *game online* dan menjelaskan tentang tahap pelaksanaan teknik *self management*.
- Konselor meminta kesediaan siswa untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan
- Konselor membuat janji temu dan lama kegiatan yang akan berlangsung

c. Penutup

- Konselor mengucapkan terimakasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan.

2. Kegiatan 2: Tahap Monitor Diri

Pokok Bahasan : Monitor diri

Tujuan Kegiatan : Mengarahkan konseli untuk mengamati perilakunya sendiri dan mencatatnya yang dialami

Tempat Kegiatan : Ruang kelas SMA Negeri 13 Bone

Waktu pelaksanaan

Lama kegiatan : 1x60 menit

Sasaran kegiatan : Siswa yang mengalami kecanduan *game online*

Pelaksanaan kegiatan:

a. Pendahuluan

- Konselor mempersilahkan konseli
- Konselor membuka pertemuan
- Konselor menjelaskan maksud dan tujuan pertemuan kali ini

b. Pelaksanaan

- Konselor menjelaskan mengenai kecanduan game online dan mengarahkan konseli untuk mencatat perilakunya yang ingin diubah.
- Konseli mengemukakan faktor penyebab ketergantungan kecanduan game online yang dialaminya
- Konselor bersama dengankonseli mengidentifikasi dampak kecanduan game online (*consequence*) dari penggunaan media sosial secara berlebihan
- Konselor memberikan lembar kerja (*self-monitoring*) kepada konseli dan menjelaskan tentang cara pengisian pada lembar kerja tersebut
- Konselor mengarahkan konseli untuk mengendalikan dan mengontrol dirinya bermain game online selama 4 jam sehari untuk konseli MKS, dan 5 jam sehari untuk konseli WW , (*self control*).
- Konselor dan konseli menentukan jadwal pertemuan berikutnya

c. Penutup

- Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan
- Konselor dan konseli menentukan jadwal pertemuanberikutnya.
- Konselor mengucapkan terimakasih dan menutup

3. Kegiatan 3: Tahap Evaluasi

Pokok Bahasan : Evaluasi tingkat bermain *game online*

Tujuan Kegiatan : Membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah diberikan treatment

Tempat Kegiatan : Ruang kelas SMA Negeri 13
Bone

Waktu Pelaksanaan

Lama Kegiatan : 1x60 menit

Sasaran Kegiatan : Siswa yang mengalami kecanduan *game online*.

Pelaksanaan kegiatan:

a. Pendahuluan

- Konselor mempersilahkan konseli
- Konselor membuka pertemuan
- Konselor menjelaskan maksud dan tujuan pertemuan kali ini

b. Pelaksanaan

- Konselor melihat dan membandingkan perilaku konseli sebelum dan sesudah diberikan treatment.
- Konselor meminta konseli untuk memaparkan hasil pemantauan dirinya kembali
- Konselor meminta konseli untuk menjelaskan tingkah laku yang ingin dicapai konseli dengan tujuan mengevaluasi efektivitas teknik *self management*.
- Konselor menanyakan langkah apa yang akan ditempuh konseli untuk mencapai target apa yang telah di sepakati.

c. Penutup

- Konselor merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan
- Konselor mengucapkan terimakasih dan menutup

4. Kegiatan 4: Tahap Evaluasi 2

Pokok Bahasan : Evaluasi tingkat bermain *game online*

Tujuan Kegiatan : Membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah diberikan treatment

Tempat Kegiatan : Ruang kelas SMA Negeri 13
Bone

Waktu Pelaksanaan

Lama Kegiatan : 1x60 menit

Sasaran Kegiatan : Siswa yang mengalami kecanduan game online

Pelaksanaan kegiatan:

a. Pendahuluan

- Konselor menanyakan kabar konseli
- Konselor mempersilahkan konseli

b. Pelaksanaan

- Konselor melihat lembar kerja dan menanyakan kepada konseli mengenai dirinya apakah sudah dapat mengontrol dirinya bermain game online dari 3-6 jam sehari menjadi 30 menit
- Konselor kembali meminta konseli untuk memaparkan pernyataan diri yang telah dibuat
- Konselor kembali meminta konseli untuk menjelaskan mengenai durasinya dalam bermain game online durasi 3-6 jam sehari, apakah sudah dapat dikontrol menjadi 30 menit dalam sehari atau tidak.
- Konselor kembali mengarahkan konseli untuk tetap melakukan pemantauandiri setelah pertemuan konseling dilakukan.

5. Kegiatan 5: Tahap Penguatan, Penghapusan, dan Pemberian Hukuman

Pokok Bahasan : -Evaluasi akhir untuk meninjau keberhasilan proses konseling
 - Penyelesaian kegiatan konseling dengan teknik self- management

Tujuan Kegiatan : Konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman, pada diri sendiri.

Tempat Kegiatan : Ruang kelas SMA Negeri 13
 Bone

Waktu Pelaksanaan

Lama Kegiatan : 1x60 menit

Sasaran Kegiatan : Siswa yang mengalami kecanduan *game online*

Pelaksanaan kegiatan:

a. Pendahuluan

- Konselor menanyakan kabar konseli
- Konselor mempersilahkan konseli

b. Pelaksanaan

- Konselor meminta konseli untuk membandingkan perilaku yang dibuatnya setiap minggu dengan target perilaku yang dibuat sebelumnya.
- Konselor mengarahkan siswa untuk membuat kontrak diri atau *self contracting* apabila konseli tersebut kembali tidak dapat mengontrol dirinya dalam bermain game online setelah pemberian treatment.
- Konselor bekerja sama dengan orang tua konseli untuk mengingatkan apabila konseli masih bermain game online dalam waktu lebih dari 3 jam sehari
- Konselor kembali mengarahkan konseli untuk tetap melakukan pemantauandiri setelah pertemuan konseling dilakukan.
- Konselor memberikan motivasi dan penguatan kepadasiswa untuk meneruskan pembiasaan diri guna menurunkan kecanduan game online.
- Konselor menyampaikan bahwa kegiatan yang dilakukan telah selesai dilaksanakan.
- Konselor mengucapkan terima kasih kepada konseli karena telah bersedia mengikuti kegiatan konseling sampai selesai.
- Konselor mengakhiri pertemuan.

Lampiran 10 : RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KONSELING****(Pertemuan 1)**

Bidang Layanan : Pribadi Sosial

Topik Permasalahan : Praktik pelaksanaan tahap monitor diri

Pertemuan ke : 1 (Tahap Monitoring)

Jenis Layanan : Konseling Individu

Fungsi Layanan : Pemahaman

Alokasi Waktu : 1x60 menit

Tujuan Layanan :

- Meningkatkan pemahaman tujuan kegiatan
- Memahami tahapan kegiatan

Tempat Pelaksanaan : Ruang BK/ruang yang memadai

Metode/Alat : Konseling Individual/Alat tulis (Polpen dan Kertas),diskusi.

Sasaran Layanan : Subjek

Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan	Durasi
Pendahuluan	-Pembukaan (salam, perkenalan, dan baca doa) -Menyampaikan tujuan kegiatan -Mengadakan refleksi pertemuan sebelumnya	10 menit
Tahap Inti	-Konselor menjelaskan mengenai kecanduan game online dan mengarahkan konseli untuk mencatat perilakunya yang ingin diubah. - Konselor meminta kesediaan siswa untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan -Konselor mengajak siswa untuk mengidentifikasi perilakunya -Konselor dengan siswa mengidentifikasi perilakunya untuk mengetahui dampak perilakunya bermain game online.	40 menit

	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor mengarahkan siswa untuk mencatat perilaku yang ingin dicapai atau perilaku yang ditargetkan pada lembar kerja yang telah disediakan (<i>self monitoring</i>). -Konselor mengarahkan siswa untuk mengontrol diri untuk bermain game online selama 4 jam sehari untuk konseli MKS dan 5 jam sehari untuk konseli WW, (<i>self control</i>). -Konselor mengarahkan konseli untuk lebih memprioritaskan tugas sekolah daripada bermain game. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor merefleksi kembali kegiatan yang telah dilakukan. -Konselor dan konseli menentukan jadwal pertemuan. -Konselor mengucapkan terima kasih, mengingatkan janji temu, dan menutup pertemuan. 	10 menit

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KONSELING

(Pertemuan 2)

Bidang Layanan : Pribadi Sosial

Topik Permasalahan : Praktik pelaksanaan tahap evaluasi 1

Pertemuan ke : 2 (Tahap Evaluasi 1)

Jenis Layanan : Konseling Individu

Fungsi Layanan : Pemahaman

Alokasi Waktu : 1x60 menit

Tujuan Layanan :

- Mengetahui perubahan perilaku konseli setelah diberikan treatment
- Memahami tahapan kegiatan

Tempat Pelaksanaan : Ruang BK/ruang yang memadai

Metode/Alat : Konseling Individual/Polpen dan kertas, diskusi.

Sasaran Layanan : Subjek

Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan	Durasi
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan berdoa -Konselor menanyakan kabar konseli -Konselor menyampaikan tujuan kegiatan -Konselor mengadakan refleksi pada pertemuan sebelumnya 	10 menit
Tahap Inti	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor mengumpulkan lembar kerja yang telah diberikan konseli -Konselor membahas sedikit tentang lembar kerja yang telah diberikan -Konselor mencermati lembar kerja yang diberikan konseli -Konselor membandingkan tingkah laku sebelum dan sesudah pemberian treatment -Konselor meminta konseli untuk menjelaskan target yang ingin dicapai dengan tujuan untuk mengevaluasi teknik 	40 menit

	self management. -Konselor mengarahkan siswa untuk langkah yang akan ditempuh konseli untuk mencapai target yang telah disepakati (<i>self contracting</i>)	
Penutup	-Konselor merefleksi kegiatan yang telah dilakukan. -Konselor dan konseli menentukan jadwal pertemuan -Konselor menutup pertemuan.	10 menit

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KONSELING

(Pertemuan 3)

Bidang Layanan : Pribadi Sosial

Topik Permasalahan : Pelaksanaan tahap evaluasi 2

Pertemuan ke : 3 (Tahap Evaluasi 2)

Jenis Layanan : Konseling Individu

Fungsi Layanan : Pemahaman

Alokasi Waktu : 1x60 menit

Tujuan Layanan :

- Mengetahui perubahan perilaku konseli setelah diberikan treatment
- Memahami tahapan kegiatan

Tempat Pelaksanaan : Ruang BK/ruang yang memadai

Metode/Alat : Konseling Individual/Polpen dan kertas, diskusi.

Sasaran Layanan : Subjek

Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan	Durasi
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan berdoa -Konselor menanyakan kabar konseli -Konselor menyampaikan tujuan kegiatan -Konselor mengadakan refleksi pada pertemuan sebelumnya 	10 menit
Tahap Inti	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor mengumpulkan lembar kerja yang diberikan siswa. -Konselor membahas sedikit tentang pertemuan sebelumnya. -Konselor meminta siswa untuk menjelaskan kembali pernyataan diri untuk mengontrol dirinya bermain game online. 	40 menit

	<ul style="list-style-type: none">-Konselor menjelaskan perubahan yang telah terjadi dan memberikan revisi pada kegiatan pada pertemuan sebelumnya-Konselor memberikan motivasi dan masukan.-Konselor memberikan kesimpulan.	
Penutup	<ul style="list-style-type: none">Konselor merefleksi kegiatan yang telah dilakukan.-Konselor dan konseli menentukan jadwal pertemuan-Konselor menutup pertemuan.	10 menit

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KONSELING

(Pertemuan 4)

Bidang Layanan : Pribadi Sosial

Topik Permasalahan : Pelaksanaan tahap penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman

Pertemuan ke : 4 (Tahap penguatan, penghapusan, dan pemberian hukuman)

Jenis Layanan : Konseling Individu

Fungsi Layanan : Pemahaman

Alokasi Waktu : 1x60 menit

Tujuan Layanan :

- Mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri sendiri.

Tempat Pelaksaan : Ruang BK/ruang yang memadai

Metode/Alat : Konseling Individual/Polpen dan kertas, diskusi,

Sasaran Layanan : Subjek

Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan	Durasi
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan berdoa -Konselor menanyakan kabar konseli -Konselor menyampaikan tujuan kegiatan -Konselor mengadakan refleksi pada pertemuan sebelumnya 	10 menit
Tahap Inti	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor mengumpulkan lembar kerja yang diberikan siswa. -Konselor membahas sedikit tentang pertemuan sebelumnya. -Konselor meminta siswa untuk menjelaskan kembali pernyataan diri untuk mengontrol dirinya bermain game online. -Konselor menjelaskan perubahan yang telah terjadi dan memberikan revisi pada kegiatan pada pertemuan sebelumnya -Konselor memberikan motivasi dan masukan. 	40 menit

	-Konselor memberikan kesimpulan.	
Penutup	Konselor merefleksi kegiatan yang telah dilakukan. -Konselor dan konseli menentukan jadwal pertemuan -Konselor menutup pertemuan.	10 menit

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KONSELING

(Pertemuan 4)

Bidang Layanan : Pribadi Sosial

Topik Permasalahan : Evaluasi 2 tingkat bermain game online

Pertemuan ke : 2 (Tahap Evaluasi)

Jenis Layanan : Konseling Individu

Fungsi Layanan : Pemahaman

Alokasi Waktu : 1x60 menit

Tujuan Layanan :

- Mengetahui perubahan perilaku konseli setelah diberikan treatment
- Memahami tahapan kegiatan

Tempat Pelaksanaan : Ruang BK/ruang yang memadai

Metode/Alat : Konseling Individual/Polpen dan kertas

Sasaran Layanan : Subjek

Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan	Durasi
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan berdoa -Konselor menanyakan kabar konseli -Konselor menyampaikan tujuan kegiatan -Konselor mengadakan refleksi pada pertemuan sebelumnya 	10 menit
Tahap Inti	<ul style="list-style-type: none"> -Konselor membahas sedikit tentang kegiatan yang telah dilakukan. -Konselor memberikan motivasi dan semangat agar dapat mempertahankan perilaku positif siswa. -Siswa diminta untuk mengisi lembar evaluasi dan kepuasan layanan. -Konselor memberi reward. -Konselor memberi kesimpulan. 	25 menit

Penutup	<ul style="list-style-type: none">-Konselor menyampaikan bahwa seluruh teknik self management telah dilaksanakan-Konselor mengucapkan kepada siswa karena telah bersedia serta serius mengikuti proses konseling-Konselor mengajak siswa menutup pertemuan.	10 menit
---------	---	----------

Lampiran 11 : Lembar Evaluasi Diri Konseli**Lembar Evaluasi Diri Konseli**

Konseli : MKS

Petunjuk :

1. Jawablah pertanyaan sesuai dengan keadaan yang sedang anda alami!
2. Jawaban langsung dikerjakan dihalaman lembaran soal!
3. Jangan mencoret-coret lembaran soal!
4. Periksa kembali pekerjaan anda jika sudah selesai, setelah yakin benar sudah sesuai dengan gambaran diri anda baru dikumpulkan. Kesungguhan dan kejujuran anda dalam menjawab pertanyaan merupakan bantuan yang sangat berguna.

Atas perhatian dan partisipasinya, diucapkan banyak terima kasih

Peneliti

Aika Rahmatika Asri

1. Bagaimana kesan dan pesan anda setelah mengikuti kegiatan penanganan dengan teknik self Management?

Jawab: Saya dapat mengetahui cara atau teknik untuk mengontrol dan mengendalikan diri saya bermain game online dan bisa melakukan aktivitas produktif lainnya.

2. Manakah kegiatan yang paling berkesan? Tuliskan alasannya!

Jawab: Akhir kegiatan, karena saya sudah tahu cara untuk menangani kecanduan game online saya, dengan teknik self management.

3. Apakah anda merasa telah mampu untuk mengontrol diri anda bermain game online?

Jawab: Saya rasa mampu dan sudah bisa mengendalikannya dengan lebih banyak berlatih mengendalikan diri bermain game online.

4. Apa pesan yang dapat anda ambil setelah mengikuti kegiatan ini?

Jawab: Pesannya yaitu lakukan kegiatan ini secara rutin atau secara perlahan agar bisa terbiasa

5. Sebutkan kekurangan dan kelebihan dari pelaksanaan konseling dengan teknik kecanduan game online kali ini!

Jawab: Kekurangannya ialah tidak selamanya cara ini akan berpengaruh jika dilaksanakan dengan berat hati atau belum siap. Kelebihannya membuat kita belajar untuk terbiasa melakukan dan mengendalikan sesuatu yang berlebihan.

Lembar Evaluasi Diri WW

1. Bagaimana kesan dan pesan anda setelah mengikuti kegiatan penanganan dengan teknik self Management?

Jawab: Selama saya mengikuti proses pemberian teknik ini sangat bagus untuk mengendalikan diri kita yang sangat senang bermain game online dengan waktu yang lama sehingga kita bisa mengurangi waktu bermain game online.

2. Manakah kegiatan yang paling berkesan? Tuliskan alasannya!

Jawab: Pada saat memberikan arahan untuk bermain game online dengan waktu 30 menit sehari, karena hal itu sangat jarang saya lakukan dan hal itu menantang untuk saya karena selalu bermain game lebih dari 3 jam sehari. Dan akhir kegiatan karena saya sudah tahu menangani kecanduan game online saya.

3. Apakah anda merasa telah mampu untuk mengontrol diri anda bermain game online?

Jawab: Saat ini saya telah mengontrol diri saya bermain game online karena teknik yang telah diberikan kepada saya.

4. Apa pesan yang dapat anda ambil setelah mengikuti kegiatan ini?

Jawab: Pesannya itu harus lebih mengikuti langkah dari teknik self management agar perilaku bermain game online bisa dikendalikan.

5. Sebutkan kekurangan dan kelebihan dari pelaksanaan konseling dengan teknik kecanduan game online kali ini!

Jawab: Kekurangannya itu kalau kita melaksanakan teknik ini tidak sungguh-sungguh karena akan sia-sia. Kelebihannya yaitu dapat mengendalikan kegiatan yang kita lakukan yaitu kegiatan yang tidak produktif.

Lampiran 12 : Dokumentasi Penelitian

Wawancara awal membangun hubungan baik dan Tanda tangan Inform Consent Oleh Subjek MKS



WAWANCARA BERSAMA ORANG TUA KONSELI MKS



WAWANCARA BERSAMA SAHABAT DEKAT KONSELI MKS



WAWANCARA BERSAMA GURU BK KONSELI MKS DAN WW



PELAKSANAAN TEKNIK SELF MANAGEMENT





Wawancara awal membangun hubungan baik dan Tanda tangan Inform Consent Oleh Subjek WW



WAWANCARA BERSAMA ORANG TUA KONSELI WW



WAWANCARA BERSAMA SAHABAT DEKAT KONSELI WW



PELAKSANAAN TEKNIK SELF MANAGEMENT





Lampiran 13 : Lembar kerja konseli

- Lembar Kerja Konseli MKS

KONTROL PERILAKU KONSELI

Perilaku Yang Ingin Dicapai	Kegiatan Yang Dilakukan							Intensitas Perilaku			
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP
Melaksanakan perintah orang tua	TIDAK	Cuci piring	Menyapu kamar	TIDAK	Bantu kerja PIPA	TIDAK	TIDAK			✓	
Tidur lebih awal kalau tidak mengerjakan tugas sekolah	TIDUR Mulai jam 11 malam	tidur mulai jam 12 malam	mengerjakan tugas sekolah	tidur mulai jam 11 malam	mengerjakan tugas sekolah	Tidur jam 3 pagi karena mabar	mengerjakan tugas sekolah			✓	
Makan 3 kali sehari	Makan 1 kali sehari	makan 1 kali sehari	makan 2 kali sehari	makan 3 kali sehari	makan 1 kali sehari	makan 1 kali sehari	makan 3 x sehari			✓	
lebih fokus lagi pada pelajaran	tidak fokus belajar	tidak belajar	fokus pelajaran	fokus pelajaran	tidak belajar	tidak belajar	tidak belajar			✓	
mengerjakan tugas sekolah dengan cepat dan tidak ditunda.	Mengerjakan tugas sekolah	mengerjakan tugas sekolah	tidak kerja tugas sekolah	tidak kerja tugas sekolah	tidak kerja tugas sekolah	tidak kerja tugas sekolah	mengerjakan tugas sekolah			✓	

Keterangan

S : Sering J : Jarang
 SS : Sangat Sering TP : Tidak Pernah

Nama : Muh. Khairul Sucya
 Kelas : XI MIPA 6

MKS P2

KONTROL PERILAKU KONSELI

Perilaku Yang Ingin Dicapai	Kegiatan Yang Dilakukan							Intensitas Perilaku				
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP	
Melaksanakan perintah orang tua	Membantu ibu membersihkan halaman	Beli belanja bulanan	Membantu ayah memperbaiki laptop	Mengayuh di rumah	Membantu em beli peralatan rumah	Tidak melaksanakan	tidak melaksanakan	✓				
tidur lebih awal kalau tidak sekuat di kerjakan	Mulai mencoba tidur jam 10 malam	Tidur jam 2 Subuh kem mengerjakan tugas	Tidur jam 11 malam	tidur jam 12 malam	tidur jam 1 malam	tidur jam 3 Subuh	tidur jam 10 malam				✓	
Makan 3 kali sehari	makan 2 x sehari	makan 2 x sehari	makan 2x sehari	makan 2 x sehari	makan 3 x sehari	makan 2x sehari	makan 3 x sehari	✓				
lebih fokus lagi pada pelajaran.	fokus pelajaran	fokus pelajaran	fokus pelajaran	fokus pelajaran	tidak fokus pelajaran	tidak fokus pelajaran	fokus pelajaran.				✓	
mengerjakan tugas Sekolah dengan cepat dan tidak di tunda	tidak mengerjakan tugas sekolah	mengerjakan tugas sekolah dgn cpt	mengerjakan tugas sekolah	mengerjakan tugas sekolah	tidak mengerjakan tugas sekolah	tidak mengerjakan sekolah	mengerjakan tugas sekolah	✓				

Keterangan

S : Sering

J : Jarang

SS : Sangat Sering

TP : Tidak Pernah

Nama : Mut. Khairul Suryal

Kelas : XI MIPA 6

MKS P3

KONTROL PERILAKU KONSELI

Perilaku Yang Ingin Dicapai	Kegiatan Yang Dilakukan							Intensitas Perilaku				
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP	
Melaksanakan perintah orang tua	Membantu ibu mem-bersihkan rumah	Membantu ibu mem-bersihkan rumah	Membantu ibu mem-bersihkan rumah	Membantu ibu mem-bersihkan rumah	Membantu ibu mem-bersihkan rumah	Membantu ibu mem-bersihkan rumah	Membantu ibu mem-bersihkan rumah					✓
Tidur lebih awal kalau tidak mengerjakan tugas sekolah	Mengerjakan tugas sekolah	Tidur lebih awal jam 10 malam	Mengerjakan tugas sekolah	Mengerjakan tugas sekolah	Tidur jam 10 malam	Tidur jam 10 malam	Mengerjakan tugas sekolah					✓
Makan 3 kali sehari	Makan 3 x sehari	Makan 3 x sehari	Makan 2 x sehari	Makan 3 x sehari	Makan 5 x sehari	Makan 2 x sehari	Makan 3 x sehari					✓
lebih fokus lagi pada pelajaran	fokus belajar di sekolah	fokus pelajaran di sekolah	fokus pelajaran di sekolah	fokus pelajaran di sekolah	fokus pelajaran di sekolah	fokus belajar dan pelajaran di sekolah	libur libur libur					✓
Mengerjakan tugas sekolah dengan cpt dan tidak di tunda.	Mengerjakan tugas dengan cepet	mengerjakan tugas	mengerjakan tugas sekolah dengan tidak ditunda	mengerjakan tugas sekolah dengan cepet	tidak ada tugas yang diberikan	tidak ada tugas yang diberikan	Mengerjakan tugas sekolah dengan tidak ditunda.					✓

Keterangan

S : Sering

J : Jarang

SS : Sangat Sering

TP : Tidak Pernah

Nama : Mah. Khairul Surya

Kelas : XI Mipa 6

TARGET DURASI BERMAIN GAME ONLINE

Target Durasi Bermain Game Online Yang Ingin Dicapai	Durasi Bermain Game Online							Intensitas Perilaku			
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP
4 Jam (Minggu pertama)	9 Jam	9 Jam	8 Jam	7 Jam	8 Jam	9 Jam	6 Jam				✓
4 Jam (Minggu kedua)	7 Jam	7 Jam	8 Jam	6 Jam	6 Jam	9 Jam	9 Jam				✓
3 Jam (Minggu ketiga)	4 Jam	3 Jam	3 Jam	4 Jam	3 Jam	3 Jam	3 Jam	✓			

Keterangan

S : Sering

J : Jarang

SS : Sangat Sering

TP : Tidak Pernah

Nama : Muh. Khairul Surya

Kelas : XI MIPA 6

WW P2

KONTROL PERILAKU KONSELI

Perilaku Yang Ingin Dicapai	Kegiatan Yang Dilakukan							Intensitas Perilaku			
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP
membantu orang tua berbelanja di kios	menjaga kios	menjaga kios	tidak menjaga kios	menjaga kios	tidak menjaga kios	tidak menjaga kios	tidak menjaga kios				✓
tidur lebih cpt dan tidak main game	tidur jam 3 dan main game	tidur jam 3 dan main game	tidur jam 2 dan main game	tidur lebih cepat dan tidak main game	tidur lebih cepat dan tidak main game	tidur sampai pagi jam 5	tidur lebih cepat dan tidak main game				✓
Makan teratur 3 kali sehari	makan 2x sehari	makan 2x sehari	makan 3x sehari	makan 3x sehari	makan 3x sehari	makan 3x sehari	makan 2x sehari		✓		
lebih rajin dan fokus dalam belajar dan mencari tempat yg nyaman	fokus belajar	fokus belajar	mencari tempat yang nyaman	lebih rajin dan fokus belajar dan tidak main game	lebih rajin dan fokus belajar dan tidak main game	tidak belajar dan tidak main game	fokus belajar dan lebih rajin				✓
lebih fokus mengerjakan tugas sekolah dari tepat waktu sebelum dikumpulkan.	fokus mengerjakan tugas dan tepat waktu	mengerjakan tugas dan tepat waktu	tidak mengerjakan tugas karena tidak ada	fokus mengerjakan tugas sekolah dan tepat waktu sebelum dikumpulkan	mengerjakan tugas sekolah dengan tepat sebelum dikumpulkan	tidak mengerjakan tugas sekolah	mengerjakan tugas sekolah dengan tepat sebelum dikumpulkan				✓

Keterangan

S : Sering
SS : Sangat Sering

J : Jarang
TP : Tidak Pernah

Nama : Willy Wutendani
Kelas : XI IPA 6

WW P3

KONTROL PERILAKU KONSELI

Perilaku Yang Ingin Dicapai	Kegiatan Yang Dilakukan							Intensitas Perilaku			
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP
Membantu orang tua menjaga di kios	menjaga kios dan membantu ibu ke pasar	membantu menjaga kios	membantu menjaga kios	Membantu menjaga kios	tidak membantu orang tua menjaga kios	Menjaga kios dan membantu orang tua	Membantu orang tua menjaga kios	✓			
tidur lebih cepat dan tidak main game	tidur lebih cepat dan tidak main game	tidur lebih cepat dan tidak main game	tidur lebih cepat dan main game sebentar	tidur game 2 subuh dan main game	tidur game 12 malam dan tidak main game	tidur lebih cepat dan tidak main game	tidur lebih cepat dan tidak main game	✓			
makan teratur 3x sehari	makan 2 x sehari	makan 3 x sehari	makan 3 x sehari	makan 3 x sehari	makan 3 x sehari	makan 2 x sehari	makan 3 x sehari	✓			
lebih rajin belajar dan fokus dalam belajar dan mencari tempat yang nyaman	belajarnya lebih rajin dan mencari tempat yg nyaman	belajar dan fokus belajar dan mencari tempat yg nyaman	rajin belajar dan mencari tempat yg nyaman	lebih rajin belajar	lebih rajin dan fokus belajar	lebih rajin dan fokus belajar dan mencari tempat	mencari tempat yang nyaman	✓			
lebih fokus mengerjakan tugas sekolah dengan tepat waktu sebelum di kumpulkan	fokus mengerjakan tugas sekolah dengan tepat waktu sebelum di kumpulkan	mengerjakan tugas sekolah dengan tepat sebelum di kumpulkan	mengerjakan tugas dengan tepat sebelum di kumpulkan	tidak mengerjakan tugas Sekolah	tidak mengerjakan tugas sekolah	mengerjakan tugas sekolah dan tepat dan dikumpulkan	mengerjakan tugas sekolah dengan tepat sebelum di kumpulkan	✓			

Keterangan

S : Sering

J : Jarang

SS : Sangat Sering

TP : Tidak Pernah

Nama : Willy Walandani L

Kelas : XI IPA 6

TARGET DURASI BERMAIN GAME ONLINE

Target Durasi Bermain Game Online Yang Ingin Dicapai	Durasi Bermain Game Online							Intensitas Perilaku			
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5	Hari ke-6	Hari ke-7	S	SS	J	TP
5 Jam (minggu pertama)	8 Jam	9 Jam	9 Jam	9 Jam	7 Jam	8 Jam	9 Jam				✓
5 Jam (minggu kedua)	8 Jam	8 Jam	7 Jam	5 Jam	6 Jam	9 Jam	5 Jam				✓
4 Jam (minggu ketiga)	5 Jam	5 Jam	4 Jam	4 Jam	4 Jam	4 Jam	4 Jam	✓			

Keterangan

S : Sering

J : Jarang

Nama : Willy Wirandani

SS : Sangat Sering

TP : Tidak Pernah

Kelas : XI MIPA 6

PERSURATAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (UNM)
 FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
 Jalan: Tamalate I Tidung, Makassar KP. 90222
 Telepon: 884457, Fax. (0411) 884457
 Laman: <http://fip.unm.ac.id>; E-mail: fip@unm.ac.id

Nomor : 2216/UN36.4/LT/2021 29 Maret 2021
 Hal : Penunjukan Pembimbing Skripsi
 Yth : 1. Dr. Abdul Saman, S.Pd., M.Si., Kons.
 2. Nur Fadilah Umar, S.Pd., M.Pd.

Berdasarkan surat usulan Ketua Jurusan/ Prodi Bimbingan dan Konseling, Nomor: 106/UN36.4.4/KM 2021, tanggal 05 Maret 2021, tentang pembimbingan penulisan skripsi mahasiswa Program Sarjana (S1), kami menugaskan Bapak/ Ibu untuk membimbing mahasiswa tersebut dibawah ini :

N a m a	N I M	Jur/ Prodi	Judul Skripsi
Aika Rahmatika Asri	1744042028	Bimbingan dan Konseling	<i>Kecanduan Game Online Siswa dan Penanganannya pada Era Pandemi di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone)</i>

Harapan kami semoga pembimbingan ini dapat terlaksana dengan baik dan selesai pada waktu yang telah ditentukan.



Wakil Dekan Bidang Akademik

Dr. Mustafa, M.Si

NIP 196605251992031002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
 Alamat : Jl. Tamalate 1 Kampus Tidung Fax(0411)883076,(0411)884457Makassar

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Usulan Penelitian/ Skripsi dengan Judul “*Kecanduan Game Online Siswa Dan Penanganannya Pada Era Pandemi Di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone)*”

Dengan ini:

Nama : Aika Rahmatika Asri
 NIM : 1744042028
 Jurusan/Prodi : PPB (Psikologi Pendidikan dan Bimbingan)/ BK
 Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti, Usulan Penelitian/ Skripsi ini telah memenuhi syarat untuk diujikan.

Makassar, 30 Maret 2021

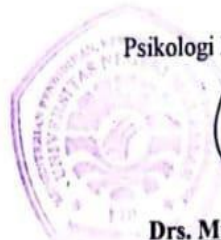
Pembimbing I

Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons
 NIP. 19720817 200212 1 001

Pembimbing II

Nur Fadhlah Umar, S.Pd., M.Pd
 NIP. 19910310 201903 2 019

Disahkan:
 Ketua Jurusan
 Psikologi Pendidikan dan Bimbingan



Drs. Muhammad Anas, M. Si
 NIP. 19601213 198703 1 005



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (UNM)
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
Jalan: Tamalate 1 Tidung, Makassar KP. 90222
Telepon: 884457, Fax. (0411) 884457
Laman: <http://fip.unm.ac.id>; E-mail: fip@unm.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING HASIL

Usulan penelitian/ Skripsi dengan judul "Kecanduan *Game Online* Siswa dan Penanganannya Pada Era Pandemi di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone) "

Nama : Aika Rahmatika Asri
NIM : 1744042028
Jurusan/Prodi : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti. Usulan Skripsi ini telah memenuhi syarat untuk diujikan.

Makassar, 02 Juni 2022

Pembimbing I

Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons
Nip. 19720817 200212 1 001

Pembimbing II

Nur Fadhilah Umar, S.Pd., M.Pd
Nip. 19910310 201903 2 019

Disahkan:
Ketua Jurusan

Psikologi Pendidikan dan Bimbingan



Drs. Muhammad Anas, M.Si
Nip. 196012131987031005

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI



UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (UNM)
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan: Tamalate I Tidung, Makassar KP. 90222
Telepon: 884457, Fax. (0411) 884457
Laman: <http://fip.unm.ac.id>; E-mail: fip@unm.ac.id

PENGESAHAN USULAN PENELITIAN

Berdasarkan hasil telaah oleh pembahas utama dan para peserta seminar yang telah dilaksanakan pada 03 Desember 2021, maka usulan penelitian untuk skripsi saudara/i:


Nama : Aika Rahmatika Asri
NIM : 1744042028
Jur/ Prodi : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/Bimbingan dan Konseling
Judul : Kecanduan *Game Online* Siswa Dan Penanganannya Pada Era Pandemi Di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone)

Telah dilakukan perbaikan/penyempurnaan sesuai usul/saran pembahas utama, maka usul penelitian untuk skripsi saudara diperkenankan meneruskan kegiatan pada tahapan selanjutnya.

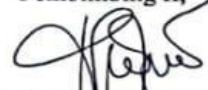
Makassar, 13 Januari 2022

Disetujui oleh:
Komisi Pembimbing

Pembimbing I,


Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons.
NIP 19720817 200212 1 001

Pembimbing II,


Nur Fadhilah Umur, S.Pd., M.Pd.
NIP 19910310 201903 2 019

Mengetahui,
a.n Dekan
Wakil Dekan I FIP UNM,



Dr. Mustafa, M.Si
NIP 19660525 199203 1 002

Disahkan oleh:



Drs. H. Muhammad Anas, M.Si
NIP 19601213 198703 1 005



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (UNM)
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan: Tamalate I Tidung, Makassar KP. 90222

Telepon: 884457, Fax. (0411) 884457

Laman: <http://fip.unm.ac.id>; E-mail: fip@unm.ac.id

Nomor : 0876/UN36.4/LT/2022 28 Januari 2022
 Hal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian
 Yth : **Gubernur Provinsi Sulawesi Selatan**
 Cq. Kepala UPT P2T BKPMMD Prov. Sulawesi Selatan

Di –
Makassar

Sehubungan dengan penyelesaian studi mahasiswa Program Strata Satu (S-1), maka terlebih dahulu harus melakukan penelitian dalam rangka penulisan skripsi. Untuk itu kami mohon kiranya mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : **Aika Rahmatika Asri**
 NIM : 1744042028
 Jurusan/ Prodi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : **KECANDUAN GAME ONLINE SISWA DAN PENANGANANNYA PADA ERA PANDEMI DI SMA NEGERI 13 BONE (STUDI KASUS SMA NEGERI 13 BONE)**

Diberikan izin untuk melakukan penelitian pada lokasi atau tempat yang ada dalam wilayah Lembaga/ Instansi/ Organisasi yang Bapak/ Ibu Pimpin.

Sebagai bahan pertimbangan bersama ini kami lampirkan proposal penelitian mahasiswa yang bersangkutan. Atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Dr. Mustafa, M.Si
 NIP 196605251992031002

Tembusan:

1. Yth. Ketua Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar
2. Yang bersangkutan
3. Arsip



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
BIDANG PENYELENGGARAAN PELAYANAN PERIZINAN

Nomor : 26227/S.01/PTSP/2022
 Lampiran :
 Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
 Kepala Dinas Pendidikan Prov. Sulsel

di-
Tempat

Berdasarkan surat Pembantu Dekan Bid. Akademik FIP UNM Makassar Nomor : 0876/UN36.4/LT/2022 tanggal 28 Januari 2022 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a : **AIKA RAHMATIKA ASRI**
 Nomor Pokok : 1744042028
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa(S1)
 Alamat : Jl. Tamalate I Tidung, Makassar

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka penyusunan Skripsi, dengan judul :

" "KECANDUAN GAME ONLINE SISWA DAN PENANGANANNYA PADA ERA PANDEMI DI SMA NEGERI 13 BONE (STUDI KASUS SMA NEGERI 13 BONE)" "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **07 Februari s/d 07 Maret 2022**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik dan Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan **barcode**,

Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar
 Pada tanggal : 02 Februari 2022

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN
 Selaku Administrator Pelayanan Perizinan Terpadu

Ir. H. DENNY IRAWAN SAARDI, M.SI
 Pangkat : Pembina Utama Madya
 Nip : 19620624 199303 1 003

Tembusan Yth
 1. Pembantu Dekan Bid. Akademik FIP UNM Makassar di Makassar;
 2. Pertinggal.

SIMAP PTSP 02-02-2022



Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936
 Website : <http://simap.sulselprov.go.id> Email : ptsp@sulselprov.go.id
 Makassar 90231



RIWAYAT HIDUP



Aika Rahmatika Asri, atau sapaan akrab Aika, Lulu merupakan anak pertama dari 2 bersaudara dari pasangan Yusriadi Aras, SH dan ST. Aminah, S.Pd. Lahir di Watampone pada tanggal 09 Juni 1999. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Riwayat Pendidikan TK Siamelleri tahun lulus 2005, SD Negeri 24 Macanang tahun lulus 2011, MTsN Watampone tahun lulus 2014 dan SMA Negeri 4 Watampone tahun lulus 2017 fokus pada jurusan IPA (Ilmu Pengetahuan Alam). Pada tahun 2017 penulis berhasil masuk pada perguruan tinggi di Universitas Negeri Makassar (UNM) Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Program Studi Bimbingan dan Konseling melalui jalur Mandiri.

Penulis memiliki pengalaman organisasi selama menempuh pendidikan yaitu, Anggota Bidang IPTEK HMJ PPB FIP UNM periode 2018-2019. Organisasi Daerah (Organda) Lapawawoi pada tahun 2018.