

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada zaman sekarang ini telah terjadi perkembangan teknologi yang sangat pesat, yang mengakibatkan perubahan sistem disetiap kehidupan masyarakat. Salah satu akibat dari perkembangan teknologi yang sangat pesat ini adalah munculnya internet. Seiring dari perkembangan teknologi disetiap tahunnya yang semakin pesat maka munculnya internet tersebut sebagai sarana hiburan bagi masyarakat, salah satunya yaitu dengan adanya game yang menggunakan jaringan internet yang disebut dengan istilah *game online*. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini semakin pesat menghasilkan produk-produk teknologi yang memberikan manfaat dan kemudahan bagi manusia mulai dari manfaat ilmu pengetahuan, pendidikan dan hiburan.

Game online ini adalah salah satu permainan modern yang sudah menjadi trend untuk masa sekarang dan peminatnya dimulai dari anak-anak sampai usia dewasa. Anak di anggap lebih sering dan rentang terhadap penggunaan permainan game online dari pada orang dewasa. Problematika minat belajar pada siswa sekarang ini semakin kompleks termasuk candu *game online* berkembang pada dinamika masyarakat kita khususnya Indonesia. *Game online* merupakan suatu gaya hidup baru bagi beberapa orang disetiap kalangan umurnya. Sekarang ini banyak di jumpai warung internet (warnet), ponsel Android dan fasilitas-fasilitas lainnya yang dapat menghubungkan kita dengan internet baik itu di kota maupun di desa-desa dan mereka memfasilitasi akan adanya *game online* tersebut. Seperti yang diketahui dulu anak-anak lebih suka bermain dengan permainan tradisional seperti petak umpet, congklak, egrang, dll. Tetapi dengan adanya *game online* tersebut permainan tradisional tentunya semakin langka dan tidak pernah dimainkan lagi oleh anak-anak.

Menurut Bobby Bodenheimer (2012) *game online* adalah program permainan yang terhubung lewat jaringan yang bisa dimainkan kapanpun, dimanapun dan bisa dimainkan secara bersamaan berkelompok di seluruh dunia dan permainan tersebut menampilkan gambar-gambar yang menarik seperti yang diinginkan, yang didukung oleh komputer. Munculnya *game online* ini membawa dampak besar dikalangan siswa, secara tidak langsung siswa-siswi yang terus menerus bermain *game online* tersebut menjadi masalah besar yaitu dikenal dengan kecanduan *game online*. Dengan kecanduan tersebut akan mengakibatkan resiko yang besar akan kegagalan dalam belajar, selain itu siswa-siswi yang sudah kecanduan terhadap *game online* dapat terlibat dengan hal yang cenderung merugikan dirinya. Dengan melihat kasus dan masalah yang terjadi saat ini banyak siswa-siswi yang kecanduan *game online*.

Pada kenyataannya dari hasil penelitian di lapangan yang peneliti lakukan di SMA 1 Mejobo terdapat beberapa siswa kelas X yang kecanduan game online. Banyak faktor yang menyebabkan kecanduan *game online* tersebut, berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dan Guru BK serta wawancara secara langsung dengan beberapa siswa kelas X di SMA 1 Mejobo banyak faktor penyebab dari kecanduan *game online* antara lain yaitu karena faktor game baru yang selalu bermunculan, faktor pertemanan, dunia game yang menurutnya sangat mengasyikan, bahkan karena ada hadiah yang menggiurkan jika bisa memenangkan game tersebut.

Asumsi yang ada minat belajar dapat dilihat dengan prestasi dan prespektif kognitif dari siswa, baik siswa sekolah dasar sampai pada mahasiswa perguruan tinggi. Status yang ada tidak dapat menimbulkan perbedaan akan minat belajar hal ini menjadi sebuah kecenderungan. Bahwa kesadaran akan motivasi belajar tidak hanya dilihat dari aspek umur dan status tetapi juga dilihat dari gaya hidup masing-masing individu. Anak yang mengalami ketergantungan pada aktivitas games, akan mempengaruhi minat belajar sehingga mengurangi waktu belajar dan mengurangi konsentrasi serta fokus belajar anak. Faktanya perkembangan teknologi dan adanya *game online* menurunkan minat belajar mereka. Dalam penelitian studi kasus ini dapat dilakukan penanganan dalam menyelesaikan masalah tersebut yaitu dengan cara identifikasi kasus, analisis dan diagnosis,

prognosis, pemberian treatment, serta tindak lanjut yang akan diberikan kepada anak yang kecanduan *game online* tersebut.

Dalam mengatasi masalah kecanduan *game online* yang dialami oleh siswa kelas X SMA 1 Mejobo ini sangatlah penting dengan harapan tingkah laku klien yang demikian dapat berubah dengan baik, salah satunya dengan adanya layanan terhadap konseli yang mempunyai masalah kecanduan *game online* yakni peneliti menggunakan salah satu pendekatan dan teknik dalam Bimbingan dan Konseling yaitu dengan menggunakan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management*.

Menurut Krumboltz dan Thoresen dalam Surya, (2012: 186) konseling behavioral adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu (Siswa, 2020). Sedangkan teknik *self management* itu sendiri menurut Woolfolk (2014) mengemukakan bahwa *self management* adalah manajemen dari perilaku sendiri dan pengambilan tanggung jawab atas tindakan sendiri, serta penggunaan prinsip-prinsip belajar perilaku untuk mengubah perilaku.

Konseling behavioristik ini merupakan suatu proses layanan yang dilakukan konselor terhadap konseli dalam pemecahan masalah yang berpusat pada tingkah laku individu itu sendiri yang muncul dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Sedangkan teknik *self management* itu sendiri merupakan cara mengatur dirinya sendiri (pengendalian diri) supaya mendorong seorang individu agar bisa bergerak kearah yang lebih positif. Dari layanan yang diberikan kepada konseli dengan menggunakan konseling teknik *self management* ini diharapkan siswa kelas X di SMA 1 Mejobo ini mempunyai wawasan dan pemahaman baru untuk mengurangi kecanduannya terhadap *game online* serta mampu merubah tingkah lakunya kearah yang lebih positif.

Dari latar belakang diatas maka dapat dirumuskan suatu masalah sebagai berikut “Mengatasi Masalah Kecanduan *Game Online* dengan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas X di SMA 1 Mejobo”.

1.2 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Penelitian yang peneliti fokuskan ini pada penerapan Konseling Behavioristik dengan teknik *Self Management* untuk mengatasi masalah kecanduan *game online* yang dialami oleh siswa kelas X SMA 1 Mejobo.

1.2.2 Lokus Penelitian

Lokus dari penelitian ini adalah lokasi dimana peneliti melakukan penelitian. Pada kesempatan ini peneliti melakukan penelitian pada siswa kelas X SMA 1 Mejobo yang terletak di Jln Pasar Ngoro Desa Jepang RT 2 RW 3 Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus Provinsi Jawa Tengah Kode Pos 59381. Permasalahan yang terjadi pada penelitian ini yaitu siswa kelas X yang kecanduan *game online*, peneliti menggunakan konseling behavioristik teknik *self management* untuk mengatasi masalah tersebut.

1.3 Rumusan Masalah

1. Bagaimana faktor-faktor penyebab siswa kecanduan *game online*?
2. Bagaimana cara mengatasi kecanduan *game online* pada siswa kelas X di SMA 1 Mejobo dengan konseling individu behavioristik teknik *self management*?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor-faktor penyebab siswa kecanduan *game online*.
2. Untuk mengatasi kecanduan *game online* pada siswa kelas X di SMA 1 Mejobo dengan konseling behavioristik teknik *self management*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan Bimbingan dan Konseling khususnya pada Layanan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management* sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan kecanduan *game online*. Penelitian ini juga diharapkan mampu bermanfaat bagi semua orang dan dapat dijadikan suatu referensi untuk penelitian yang sama.

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1 Peserta Didik

Dari penelitian ini peneliti berharap siswa kelas X di SMA 1 Mejobo dapat merubah kebiasaan bermain game online atau dapat disebut dengan kecanduan *game online*, diharapkan untuk bisa mengurangi kecanduan game online tersebut karena dapat berpengaruh pada proses pembelajaran.

1.5.2.2 Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam mengambil kebijakan bagi kepala sekolah tentang pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di SMA 1 Mejobo dalam mengatasi siswa kelas X yang kecanduan *game online*.

1.5.2.3 Guru Bimbingan dan Konseling

Dalam penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling sebagai pedoman dalam pemberian layanan khususnya dengan Layanan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management* untuk mengatasi masalah kecanduan *game online* yang terjadi pada siswa kelas X di SMA 1 Mejobo.

1.5.2.4 Peneliti

Penelitian ini dapat menambah ilmu dan wawasan peneliti khususnya terkait dengan mengatasi masalah kecanduan *game online* yang terjadi pada siswa kelas X di SMA 1 Mejobo dengan menggunakan Layanan Konseling Behavioristik Teknik *Self Management*, serta dapat menjadi sarana untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki peneliti.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Berkaitan dengan adanya banyak permasalahan yang ada di SMA 1 Mejobo serta mengingat adanya keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti maka perlu adanya pembatasan terhadap suatu permasalahan yang diteliti, dengan tujuan untuk memberikan arahan yang jelas terhadap penelitian permasalahan yang diteliti oleh peneliti. sesuai judul yang diambil peneliti yakni penerapan konseling behavioristik dengan menggunakan teknik *self management* untuk mengatasi masalah kecanduan *game online* yang dialami oleh siswa kelas X di SMA 1 Mejobo, maka ruang lingkup penelitian ini yaitu konseling behavioristik dengan menggunakan teknik *self management* serta kecanduan game online.

Dengan menerapkan konseling behavioristik dengan menggunakan teknik *self management* diharapkan siswa kelas X dapat mengatasi permasalahan kecanduan game online tersebut. dengan menggunakan teknik *self management* siswa kelas X dapat mengelola dan menguasai serta mengatur dirinya sendiri dalam bermain *game online*, supaya tidak menjadi kecanduan. Peneliti juga berharap dengan adanya layanan dan teknik tersebut maka dapat memberikan pengetahuan pada siswa kelas X untuk mengatasi kecanduan game online yang dialami oleh siswa kelas X di SMA 1 Mejobo. Diterapkannya teknik *self management* ini peneliti berharap agar konseli dapat mengelola dan menguasai serta mengatur diri, perasaan serta perbuatan yang akan mengatasi dengan cara mengurangi tingkah laku yang kurang sesuai pada diri konseli. Peneliti berharap dengan adanya layanan menggunakan konseling behavioristik teknik *self management* dapat mengatasi permasalahan yang dialami oleh siswa kelas X di SMA 1 Mejobo yakni masalah kecanduan *game online*.