

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan aplikasi *game online* sekarang ini sangat pesat dan menyita perhatian masyarakat sebagai pengguna *game online*. Perhatian masyarakat terhadap *game online* ditandai dengan maraknya perkembangan teknologi internet yang dapat memberikan kemudahan bagi setiap orang untuk mengakses aplikasi *game online*. Masyarakat dapat memanfaatkan teknologi ini sebagai sarana hiburan untuk memperoleh ketenangan dan penyegaran pikiran. Hal ini merupakan manfaat teknologi *game online* yang dapat memberikan hiburan bagi masyarakat yang membutuhkan setelah melakukan aktivitas yang padat.

Perkembangan teknologi ini tidak dapat kita pungkiri telah mempengaruhi sebagian besar masyarakat kita, terutama setelah ditemukannya aplikasi *game online* yang kini semakin banyak digemari masyarakat. Menurut penelitian yang dilakukan Mukodin, masyarakat yang sering menggunakan fasilitas teknologi pada tahun 2014 adalah 88% email, 84% *world wide web*, 79% *chatting*, 68% *downloading file*, 50% *game online*, dan 18% *usenet newgroup* dalam beberapa tahun ini.

Game online adalah sebuah permainan yang digunakan melalui jaringan internet. *Game online* dimainkan bersamaan dengan pemain yang tidak terbatas jumlahnya dengan menggunakan *handphone* dan komputer, sehingga individu bisa bermain game dimanapun dan kapanpun. *Game online* memiliki banyak tipe permainan mulai dari peperangan, petualangan, dan perkelahian. Tampilan permainannya sangat menarik, berkontenkan perang dan menyediakan bentuk animasi seperti dunia nyata sehingga mengundang banyak orang tertarik untuk memainkannya.

Menariknya, permainan *game online* menyebabkan grafik pemain terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data hasil survey yang telah dilakukan oleh APJII (2014) ditemukan bahwa sebanyak 25 juta orang Indonesia yang mengakses *game online*, mengalami peningkatan 5%-10% hingga survey terakhir pada tahun 2018. Data ini menunjukkan adanya peningkatan sebanyak 34 juta orang. Artinya, jumlah pemain *game online* di Indonesia mengalami perkembangan yang signifikan setiap tahunnya.

Dari data di atas, penulis melihat fenomena perilaku peserta didik bermain *game online* terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Hal ini sangat memprihatinkan karena peserta didik seakan sudah terjebak pada pola kecanduan *game online*.

Perilaku peserta didik yang kecanduan bermain *game online* saat ini berpengaruh pada menurunnya kesehatan peserta didik, hal ini dapat

menyebabkan masalah penglihatan seperti kerusakan syaraf mata akibat sinar radiasi *handphone* dan gangguan kejiwaan atau gangguan perkembangan peserta didik dapat terganggu akibatnya, malas belajar dan berdampak pada prestasi belajar menurun.

Fenomena peserta didik kecanduan bermain *game online* juga akan mengakibatkan budaya interaksi sosial dalam diri peserta didik terganggu. Hal ini nampak pada perilaku peserta didik ketika bermain *game online* menghiraukan orang-orang yang berada di sekitarnya, lebih mementingkan *game online* dibandingkan dengan sesama dan orang tuanya. Akibatnya hubungan peserta didik dan teman-teman menjadi tidak harmonis, teman-teman menghindar tidak lagi mau bekerjasama mengerjakan tugas, ataupun melakukan aktifitas belajar dengan peserta didik tersebut.

Perilaku peserta didik kecanduan bermain *game online* dapat menimbulkan dampak positif dan dampak negatif terhadap peserta didik. Dampak positif dari bermain *game online* ialah peserta didik mampu menghilangkan stress, artinya dengan bermain *game online* peserta didik dapat menghibur dan mengatasi kelelahan akibat dari rutinitas kegiatan yang padat, mampu mengasah kemampuan kerja team, artinya dalam permainan *game online* peserta didik mempunyai team untuk menyelesaikan permainan. Hal ini berpengaruh pada kekompakan dan kerja sama peserta didik bersama teman-teman dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Dampak positif ini merupakan

kelebihan peserta didik bermain *game* yang dapat membantu perkembangan diri individu secara baik.

Selain itu dampak negatif dari perilaku bermain *game online* ialah peserta didik secara tidak sadar bermain dengan intensitas waktu tinggi, sehingga dapat membuat dirinya menjadi kecanduan dan mengabaikan kegiatan sehari-hari seperti belajar. Peserta didik akan terlihat kecanduan bermain *game online* dan melupakan waktu belajar serta melupakan pekerjaan membantu orangtua. Pada malam hari, waktu tidur digunakan untuk bermain *game* sehingga mempengaruhi kesehatan fisik dan psikis peserta didik. Uang jajan yang diberikan orang tua digunakan untuk mengisi paketan, serta kurangnya kehidupan sosial di lingkungan masyarakat. Akibatnya peserta didik sulit meminta bantuan kepada teman-temannya. Dampak negatif peserta didik kecanduan bermain *game online* ini, dapat membuat perkembangan kemampuan, perilaku, mental, kesehatan dan emosional peserta didik terganggu.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka perilaku bermain *game online* perlu diatasi dengan baik agar tidak merebak di lingkungan masyarakat dan tidak menimbulkan dampak negatif. Salah satu cara yang digunakan untuk mengurangi perilaku peserta didik bermain *game online* adalah dengan digunakan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok

yang di dalamnya terdapat interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberi tanggapan, serta saran dalam pemecahan masalah individu. Bimbingan kelompok diberikan dengan tujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku peserta didik yang lebih efektif dalam memecahkan masalah yang dialami.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang dalam pelaksanaannya membutuhkan teknik untuk membantu menyelesaikan masalah individu. Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok adalah teknik *self control*.

Teknik *self control* merupakan teknik pengendalian perilaku yang mengakibatkan sebuah perubahan perilaku yang negatif. Teknik *self control* bertujuan menekankan pada aktivitas peserta didik yang memungkinkan peserta didik dapat mengontrol atau mengendalikan diri dalam situasi-situasi problematiknya.

Teknik *self control* merupakan salah satu cara yang dapat diterapkan untuk membantu peserta didik mengurangi kecanduan *game online*. Hal ini didukung oleh artikel hasil penelitian Anuryatin dkk, dengan judul penerapan teknik *self control* untuk mengurangi kecanduan *game online* siswa kelas XI SMK Negeri 1 Driyorejo.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik untuk menulis skripsi dengan topik *efektivitas teknik self control melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain game online*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Mengapa teknik *self control* melalui bimbingan kelompok digunakan untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*?
2. Bagaimana prosedur penggunaan penerapan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*?
3. Apakah penggunaan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok efektif untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*.

C. Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Alasan penggunaan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*.
2. Prosedur penggunaan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*.

3. Efektivitas penggunaan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*.

D. Manfaat Penulisan

Adapun manfaat teoretis dan praktis dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Secara teoretis

Hasil dari penulisan ini dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman untuk menambah wawasan konseptual tentang hakikat teknik *self control*, melalui bimbingan kelompok sebagai tindakan mengurangi kecanduan peserta didik bermain *game online*.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Guru BK

Pembahasan dan uraian-uraian dalam penelitian ini dapat bermanfaat bagi guru BK untuk memperdalam pengetahuan dan meningkatkan keterampilan dalam menerapkan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*.

- b. Bagi Penulis

Pembahasan dan uraian-uraian dalam penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis untuk menambah wawasan intelektual dan keterampilan agar mampu menerapkan teknik *self control* melalui bimbingan kelompok untuk pengurangan kecanduan peserta didik bermain *game online*.

c. Bagi Pemerhati masalah BK

Hasil penulisan skripsi ini dapat dijadikan masukan bagi pemerhati masalah BK sebagai bahan referensi dan telaah berbagai permasalahan yang terdapat dalam BK khususnya masalah kecanduan peserta didik bermain *game online*.