

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY*
UNTUK MENGURANGI KECANDUAN *GAME ONLINE*
PADA SISWA KELAS VIII SMP IMELDA MEDAN
TAHUN AJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

OLEH

NURUL HIDAYAH

NPM : 1502080003



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2019**

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata I
Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, 05 Oktober 2019, pada pukul 07.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa :

Nama Lengkap : Nurul Hidayah
NPM : 1502080003
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

PANITIA PELAKSANA

Ketua,

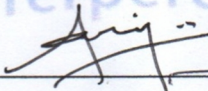
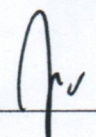
Sekretaris,

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd.

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dr. Amini, M.Pd
2. Drs. Zaharuddin Nur, M.M
3. Sefni Rama Putri, S.Pd, M.Pd

1. 
2. 
3. 

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini yang diajukan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Nurul Hidayah

N.P.M : 1502080003

Prog. Studi : Bimbingan Konseling

Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan
Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mengurangi
Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda
Medan Tahun Ajaran 2018/2019

sudah layak disidangkan.

Medan, September 2019

Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

a/n.

Sefni Rama Putri, S.Pd., M.Pd

Diketahui oleh :

Dekan

Ketua Program Studi

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd

Dra. Jamila, M.Pd

ABSTRAK

NURUL HIDAYAH. NPM. 1502080003 : Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda 2018/2019. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

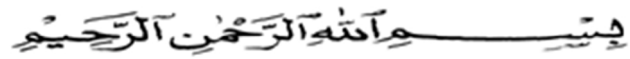
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan layanan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* terhadap penurunan kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan. Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah pendekatan bimbingan dan konseling yang bertujuan mengajak individu untuk mengubah pikiran-pikiran irasionalnya ke pikiran yang rasional melalui dinamika kelompok.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest design*. Instrumen penelitian menggunakan angket dengan 30 pernyataan. Sampel pada penelitian ini 10 orang siswa dengan teknik *purposive sampling*.

Hasil Perhitungan rata-rata *mean* skor kecanduan *game online* sebelum diberikan *treatment* adalah 97,8000 dan *mean* setelah diberikan *treatment* 53,4000. Dari hasil uji t pada tingkat penurunan kecanduan *game online pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen menunjukkan asymp sig. (2-tailed) sebesar 0.000 maka sig. (2-tailed) < 0,05 atau sig. 0,000 < 0,05 jadi dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini H₀ ditolak dan H_a diterima. Berarti pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk mengurangi kecanduan *game online* sangat efektif.

Kata Kunci: Kecanduan *Game Online*, Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, Layanan Konseling Kelompok.

KATA PENGANTAR



Assalamu 'alaikum Wr. Wb

Segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan ridha, rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dalam bentuk skripsi yang diajukan sebagai salah satu syarat dalam mencapai gelar sarjana program pendidikan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Berkat usaha dan do'a akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019”**. Berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat menambah ilmu pengetahuan bagi penulis sendiri meskipun masih ada kekurangannya.

Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini bukan hanya bersandar pada kemampuan penulis tetapi tidak terlepas dari bantuan semua pihak yang telah diberikan kepada penulis. Untuk itu sudah sepantasnya penulis memberikan penghargaan dan ucapan terima kasih terutama kepada kedua orang tua saya, **Bapak Irwan Syahni** dan **Ibu Ernawati** tercinta yang telah membesarkan dengan penuh kasih sayang, motivasi dan dengan do'a kedua orang tua yang tiada henti-hentinya serta berkorban untuk penulis baik secara moral maupun materi sehingga dapat menyelesaikan pendidikan sampai tahap penyusunan skripsi ini.

Selanjutnya penulis ucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini:

- Bapak Dr. Agussani, M.AP selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Bapak Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Ibu Dra. Jamila, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Bapak Drs. Zaharuddin Nur, MM sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan juga sekaligus menjadi dosen pembahas skripsi atas masukan serta saran perbaikannya dalam membahas skripsi penulis selama penulis melakukan penulisan skripsi.
- Ibu Sefni Rama Putri, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar dan telah banyak meluangkan waktu dan pemikirannya untuk membimbing penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
- Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama peneliti mengikuti perkuliahan.
- Seluruh staf Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan pelayanan terbaik pada penulis dalam rangka penyelesaian skripsi ini.

- Bapak/Ibu Kepala Sekolah, guru BK dan para guru SMP Imelda Medan terima kasih sudah membantu memberikan data penelitian dan meluangkan waktu untuk penulis bisa melaksanakan penelitian di sekolah.
- Abang saya Adithya Reza dan adik-adik saya yaitu Haziq Khuzairi dan Waldan Hazim, terima kasih untuk support selama ini.
- Untuk sahabat perjuangan yaitu Harman Ansar Putra, Siti Aisyah Pardosi, Rosi Alfionita Simajuntak, Dea Utami, Siti Raya Pane, serta seluruh teman-teman seperjuangan Stambuk 2015 khususnya BK A-Pagi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu namanya. Terima kasih untuk kalian semua penulis ucapkan atas kerjasama dalam menjalani perkuliahan selama ini, baik dalam keadaan suka maupun duka.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Medan, September 2019
Penulis,

NURUL HIDAYAH
NPM : 1502080003

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	13
A. Kajian Teoritis	13
1. Kecanduan <i>Game Online</i>	13
1.1. Pengertian Kecanduan <i>Game Online</i>	13
1.2. Tipe <i>Game Online</i>	15
1.3. Indikator Kecanduan Bermain <i>Game Online</i>	18
1.4. Faktor Kecanduan <i>Game Online</i>	19
1.5. Ciri-ciri Kecanduan Bermain <i>Game Online</i>	21

1.6. Dampak Negatif Kecanduan <i>Game Online</i> Bagi Psikologi.....	22
2. Layanan Konseling Kelompok	23
2.1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok	23
2.2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	24
2.3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	25
2.4. Azas-azas Layanan Konseling Kelompok.....	26
2.5. Komponen Dalam Layanan Konseling Kelompok.....	27
2.6. Tahapan Layanan Konseling Kelompok	29
3. Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	30
3.1. Pengertian <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	30
3.2. Tujuan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	31
3.3. Tahap-tahap Konseling.....	32
B. Kerangka Konseptual	34
C. Hipotesis Penelitian	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel Penelitian	37
C. Variabel Penelitian.....	38
D. Definisi Operasional	41
E. Instrumen Penelitian	42
F. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Gambaran Umum Sekolah.....	48

B. Deskripsi Hasil Penelitian	51
C. Pengujian Hipotesis	66
a. Uji Normalitas	67
b. Uji T-test	69
D. Pembahasan.....	76
E. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Waktu Penelitian	36
Tabel 3.2 Populasi Penelitian	37
Tabel 3.3 Sampel Penelitian.....	37
Tabel 3.4 Skor Jawaban Responden.....	42
Tabel 3.5 Kisi-kisi Angket (Sebelum Uji Validitas Ahli).....	43
Tabel 3.6 Kisi-kisi Angket (Setelah Uji Validitas Ahli)	44
Tabel 3.7 Klasifikasi Kategori Angket.....	45
Tabel 4.1 Daftar Nama Guru SMP Imelda Medan	51
Tabel 4.2 Hasil <i>Pre-test</i>	53
Tabel 4.3 Jadwal Kegiatan Penelitian	54
Tabel 4.4 Hasil <i>Posttest</i>	62
Tabel 4.5 Hasil Perbandingan <i>Pretest-Posttest</i>	63
Tabel 4.6 Hasil Uji.....	67
Tabel 4.7 Hasil Uji <i>T-test</i>	68
Tabel 4.8 Gambaran Sebelum Perlakuan	70
Tabel 4.9 Gambaran Sesudah Perlakuan.....	71
Tabel 4.10 Penurunan Sesudah Perlakuan	72
Tabel 4.11 Kategori Perbedaan Sebelum dan Sesudah Perlakuan	74
Tabel 4.12 Perbedaan Sebelum dan Sesudah Perlakuan	74

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Rancangan Quasi Eksperimen	34
Bagan 2. Desain Penelitian	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Uji T-test	69
Gambar 2. Diagram Sebelum Perlakuan (<i>Pre-test</i>).....	70
Gambar 3. Diagram Sesudah Perlakuan (<i>Post-test</i>).....	71
Gambar 4. Diagram Penurunan.....	73

DAFTAR LAMPIRAN

1. Daftar Riwayat Hidup	85
2. Tabulasi Hasil <i>Pre-test</i>	86
3. Tabulasi Hasil <i>Post-test</i>	87
4. RPL (<i>Compulsion</i>)	88
5. RPL (<i>Withdrawal</i>).....	93
6. RPL (<i>Tolerance</i>)	98
7. RPL (<i>Interpersonal and Health-related Problems</i>)	103
8. LAPERPROG	108
9. Angket (Sebelum Uji Validitas Ahli)	113
10. Angket (Sesudah Uji Validitas Ahli)	117
11. Daftar Hadir Konseling Kelompok	121
12. Hasil Uji Normalitas	125
13. Hasil Uji T-test.....	126
14. Form K-1	127
15. Form K-2.....	128
16. Form K-3	129
17. Berita Acara Bimbingan Proposal	130
18. Lembar Pengesahan Seminar Proposal	131
19. Surat Keterangan Seminar	132
20. Surat Pernyataan Plagiat	133
21. Surat Permohonan Izin Riset	134

22. Surat Balasan Riset	135
23. Berita Acara Bimbingan Skripsi	136
24. Dokumentasi	137

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Semakin melangkah menuju modernisasi, tuntutan dalam berbagai aspek dalam kehidupan dirasakan semakin berat oleh banyak orang. Alhasil hal tersebut mengakibatkan tingkat stress yang tinggi pada masyarakat di berbagai kalangan khususnya masyarakat di Indonesia. Untuk menghindari stress yang berlebih kita membutuhkan waktu untuk beristirahat atau *refreshing* seperti berjalan-jalan, membaca buku, bermain, dll. Malah, permainan yang kita mainkan semakin beragam. Dari permainan yang dulunya petak umpet, bermain gasing dan lain-lain sekarang berubah menjadi permainan digital. Bermain *game* (permainan elektronik interaktif) menjadi sarana populer oleh mereka dalam melarikan diri dari beratnya beban dalam hidup ini. Seiring dengan perkembangannya zaman, *game online* saat ini sudah bisa dimainkan baik melalui *handphone* maupun *laptop*. Tidak mengherankan jika komunitas maya akibat permainan *online* pun cukup menjamur.

Candra Zebeh Aji (2012:2) menyatakan bahwa:

“*Game online* adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. *Game online* tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, *game online* bisa dimainkan di komputer, laptop, *smartphone* bahkan di tablet sekalipun. Asal gadget itu terhubung dengan jaringan internet, *game online* dapat dimainkan”.

Secara sederhananya *game online* bukan saja bisa dimainkan dengan bermain PC di warnet, malah bisa saja dimainkan sama ada lewat dari sosial

media seperti *facebook* atau dengan mengunduh aplikasi *game* di *Playstore*. Antara beberapa jenis aplikasi *game* yang populer dimainkan di kalangan anak-anak, remaja maupun orang dewasa adalah Hago, PUBG, *Mobile Legend* (ML), Dota, dan lain-lain.

Klasifikasi permainan elektronik interaktif menjadi perhatian pemerintah dengan membuat sistem rating yang disebut *Indonesia Game Rating System* (IGRS). Kementerian Komunikasi dan Informatika mengadakan peluncuran awal situs IGRS.ID dalam acara BEKRAF *Game Prime* 2016 yang diadakan pada 29-30 November 2016 di Jakarta. IGRS adalah salah satu kebijakan dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) yang dituangkan dalam Peraturan Menteri Kominfo No 11 Tahun 2016 tentang Klasifikasi Permainan Interaktif Elektronik berdasarkan kategori Konten *Game* dan Kelompok Usia Pengguna.

Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Pasal 7 tentang Perlindungan Anak dalam dasar IGRS menyatakan bahwa:

“Kriteria Permainan Interaktif Elektronik yang diklasifikasikan ke dalam kelompok usia tiga belas (13) tahun haruslah disertai bimbingan orang tua dalam bermain suatu permainan yang berbentuk *online*. Konten yang dipaparkan dalam *game online* tersebut tidak mempunyai unsur-unsur negatif yang akan memberi dampak kepada anak untuk menirukan dalam kehidupan nyata”.

Tujuan IGRS adalah untuk membantu masyarakat termasuk orang tua dalam memilih Permainan Interaktif yang sesuai dengan Kelompok Usia anak masing-masing. Pengawasan orang tua sangat diperlukan agar anak terhindar dari konten-konten *game online* yang mampu memberi dampak negatif kepada anak untuk diaplikasikan dalam kehidupan nyata.

Maraknya *game online* menyebabkan pemain menjadi kecanduan terhadap permainan tersebut. Dikatakan kecanduan bermain *game* ketika orang tersebut sangat sulit untuk lepas dari permainannya. Pemain akan mengorbankan waktu untuk hobi yang lain, mengorbankan waktu untuk tidur, belajar dan waktu untuk keluarga. Selain *game online* juga dapat mengakibatkan pola makan dan tidur yang tidak teratur, sehingga akan mengganggu kesehatan.

Anak usia sekolah (siswa) menjadi salah satu kelompok yang mudah terpengaruh oleh dampak *game online*. Anak usia sekolah adalah usia berkelompok atau sering disebut sebagai usia penyesuaian diri. Bermain *game online* akan membuat anak merasa senang. *Game online* juga dianggap sebagai *refreshing* bagi para siswa dari kepenatan dan kejenuhan mereka dalam belajar maupun rutinitas sehari-hari. Akan tetapi, *game online* dapat memberi pengaruh yang buruk pada siswa ketika mereka menjadi pecandu *game online*.

Aqila Smart (2010:26) mengemukakan bahwa:

“Seseorang dikatakan kecanduan permainan internet jika seseorang menghabiskan waktu lebih dari 14 jam per minggu. Seorang pecandu permainan internet akan menghabiskan waktu berjam-jam bahkan ekstrim mereka dapat sehari-hari berada di depan komputer untuk bermain permainan yang mereka sukai”.

Ketergantungan semacam itu dapat memicu perilaku negatif seperti mencuri uang untuk membeli *game* baru, bolos sekolah, berbohong kepada orang tua, malas mengerjakan pekerjaan rumah (PR), atau rasa tak tenang saat tidak dapat bermain *games*. Bila anak bermain *game* dengan tingkat ketergantungan yang tinggi dan posisi duduk yang salah saat bermain *games* dikhawatirkan anak

akan mengidap *Repetitive Strain Injury* (RSI) atau nyeri sendi di kalangan anak-anak di usia muda.

Selain itu, kecanduan *game online* juga dapat menjadi pemicu permasalahan *drop out* sekolah, berkurangnya keterampilan sosial sehingga mereka semakin sulit berhubungan dengan orang lain, perilaku jadi kasar dan agresif karena terpengaruh oleh apa yang kita lihat dan mainkan di *game online* dan sebagainya.

Bahwasanya kecanduan ini bisa diatasi dengan beberapa jenis layanan. Salah satu jenis layanan yaitu layanan konseling kelompok.

Taty Fauzi (2018:38) menyebutkan bahwa:

“Konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat *preventif* dan *development* terhadap kemampuan peribadi dalam pemecahan masalah secara berkelompok atau bersama-sama yang diarahkan oleh konselor kepada konseli. Konseling kelompok prinsipnya memberi kemudahan pertumbuhan dan perkembangan untuk membuat perubahan-perubahan positif pada individu serta memberi dorong dengan memanfaatkan potensi yang dimiliki”.

Adapun yang menjadi tujuan dilakukannya konseling kelompok ialah pengembangan peribadi, pembahasan dan pemecahan masalah peribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok, agar terhindar dari masalah dan masalah terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain.

Kecanduan *game online* diakibatkan oleh pemikiran, emosi dan perilaku yang tidak wajar atau irasional. Individu yang mengalami kecanduan dalam bermain *game online* selalu memiliki pikiran harus terpuaskan yang membuat individu berusaha bagaimana caranya supaya bisa memenuhi hasrat harus terpuaskan walaupun dengan cara perbuatan yang menyimpang seperti berbohong

kepada orang tua supaya bisa meminta uang untuk bermain *game online*. Pemikiran harus terpuaskan merupakan pemikiran yang tidak rasional, di sinilah titik temu pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat memasuki celah tersebut untuk memperbaiki pemikiran tidak irasional dengan mengubah kepada pemikiran yang lebih rasional.

Gantina Komalasari (2016:201) mengemukakan bahwa:

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Dalam proses konselingnya, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu”.

Tujuan utama dari pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk membantu individu yang kecanduan *game online* dan sudah beranggapan bahwa *game online* merupakan aktivitas yang dilakukan untuk memenuhi hasrat harus terpuaskan. Hasrat harus terpuaskan merupakan pikiran irasional yang membuat anak kecanduan *game online*, ketika pikiran harus terpuaskan dirubah akan membantu individu untuk mengurangi aktivitas bermain *game online*.

Melalui hasil observasi awal penelitian dan hasil wawancara terhadap Guru Bimbingan dan Konseling dan wali kelas serta memasuki secara langsung ruangan siswa kelas IX SMP Imelda Medan ditemukan beberapa siswa yang mengalami kecanduan *game online*. Hal ini tampak dari beberapa orang siswa yang tidak memanfaatkan jam kosong dengan bermain *game online* seperti *Mobile Legend*, *PUBG* dan *Hago* bersama teman-teman sekelas yang lain. Diketahui bahwa masing-masing siswa ini nekad membawa HP ke sekolah sedangkan sudah

tahu peraturan sekolah yang melarang siswa-siswanya untuk membawa HP ke sekolah dan menggunakan HP pada saat jam sekolah.

Dapat diketahui juga dari hasil wawancara peneliti dengan siswa-siswa yang mengalami kecanduan *game online*, adapun mereka dapat bergadang di malam hari hanya untuk bermain *game online* hingga lebih dari lima jam setiap harinya. Di saat malam hari yang seharusnya mereka memanfaatkan waktunya untuk belajar dan tidur, malah mereka menggunakan waktunya untuk bermain *game online* dan mengajak teman-temannya yang lain untuk main bareng sehingga jam 4 pagi. Karena sedikitnya waktu istirahat, maka pada keesokan harinya pada saat jam pembelajaran berlangsung di kelas, mereka sering mengambil posisi duduk di belakang kelas untuk tidur dan terkadang lupa mengerjakan PR yang telah diberikan oleh guru mereka. Mereka mengakui bahwa mereka juga mengalami masalah belajar di sekolah maupun di rumah karena keseringan bermain *game*. Mereka cenderung malas belajar, malas mengerjakan PR atau tugas, kurang adanya persiapan menghadapi ujian hingga prestasi akademik di sekolah juga menurun. Selain itu, mereka juga sering dimarahi orang tua karena tidak mengerjakan tugas-tugas di rumah serta mereka menjadi jarang bersosialisasi dengan teman-teman di dunia nyata dikarenakan terlalu asyik bermain *game online*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hardi Prasetiawan (2016) menunjukkan bahwa menurunnya kecanduan bermain *game online* melalui layanan konseling kelompok berdasarkan observasi dan pemberian angket *pre-test* dan *post-test*. Hasil angket *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa sebelum

siswa diberi tindakan berada pada 10 orang siswa dalam kategori tinggi, yaitu dengan sebesar 100% namun setelah diberi tindakan berada pada kategori sedang dengan frekuensi 3 orang siswa sebesar 30% dan diikuti kategori rendah dengan frekuensi 7 orang siswa sebesar 70% melalui layanan konseling kelompok.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitriatun Solikhah (2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* pada subjek yang tergabung pada kelompok eksperimen sehingga hipotesis terbukti. Presentase penurunan tingkat kecanduan dalam penelitian ini mencapai 40% pada kecanduan tinggi dan 41% pada kecanduan rendah. Tingkat kecanduan *game online* subjek setelah diberikan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* lebih rendah sebelum diberikan pendekatan.

Berdasarkan hasil penelitian berikut, maka penulis merasa perlu meneliti permasalahan di atas dengan judul **“Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019”**.

B. Identifikasi Masalah

Beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sehubungan dengan kecanduan bermain *game online* adalah:

1. Siswa menggunakan waktu kosong di kelas untuk bermain *game online*
2. Siswa tidur di dalam kelas karena ngantuk bergadang di malam hari hanya untuk bermain *game online*
3. Siswa tidak memprioritaskan mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh guru karena bermain *game online*
4. Siswa berbohong kepada orang tuanya supaya bisa meminta uang untuk bermain *game online*
5. Jarang bersosialisasi dengan teman-temannya di sekitarnya karena terbiasa berteman dengan teman di *game online*

C. Batasan Masalah

Melihat luas dan kompleksnya permasalahan yang ada serta terbatasnya kemampuan, waktu dan dana, maka masalah penelitian ini dibatasi hanya pada **“Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019”**.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*?
2. Bagaimana gambaran kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*?
3. Apakah ada penurunan kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*?
4. Apakah ada perbedaan kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.
2. Untuk mengetahui gambaran kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.
3. Untuk mengetahui adanya penurunan kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.
4. Untuk mengetahui adanya perbedaan kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan dan memberikan ilmu pengetahuan khususnya dalam penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengurangi kecanduan bermain *game online* pada siswa

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk:

a. Peneliti

Bagi peneliti bermanfaat untuk memperoleh pengalaman dalam hal mengadakan riset serta menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya mengenai penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengurangi kecanduan bermain *game online* pada siswa.

b. Siswa

Agar siswa bisa lebih memprioritaskan mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh guru sehingga bisa mengurangi kecanduan bermain *game online* melalui penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

c. Guru BK

Memperoleh gambaran secara umum mengenai hubungan layanan konseling kelompok dengan kecanduan bermain *game online* pada

siswa sehingga dapat dilakukan usaha-usaha bantuan yang efektif terhadap kecanduan bermain *game online* pada siswa melalui penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

d. Pihak Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi terkait kecanduan bermain *game online* pada siswa sehingga dapat dijadikan acuan untuk membimbing siswa dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Teoritis

1. Kecanduan *Game Online*

1.1 Pengertian *Kecanduan Game Online*

Berdasarkan Kamus Umum Bahasa Indonesia, “Pecandu berarti penggemar”, sedangkan “kecanduan diartikan sebagai kelekatan pada suatu kesukaan”.

Menurut Aqila Smart (2010:16), “*Game* itu candu, sama seperti halnya perkembangan jaringan pertemanan yang mampu menggeser *Friendster*, yaitu *Facebook*. Apa itu candu? Candu adalah sesuatu yang membuat seseorang ingin melakukannya secara terus-menerus”

Menurut Nick Yee (2009:772):

“Kecanduan *online game* adalah adanya keterikatan dengan *game*. Pemain *online game* akan berpikir tentang *game* ketika sedang *offline* dan kerap kali berfantasi mengenai bermain *game* ketika mereka seharusnya berkonsentrasi pada hal lainnya. Seseorang yang kecanduan *online game* akan memfokuskan diri pada bermain *game* dan menelantarkan hal lain seperti tugas sekolah, pelajaran, dan lainnya”.

Menurut Dr. Raymond Ongkie Sp.A (dalam Aqila Smart 2010:26), “Anak dikatakan kecanduan *game* jika dia menghabiskan waktu lebih dari 14 jam per minggu”.

Kimberly Young (2009:365) “Kecanduan *game online* adalah kegiatan yang menguras emosi dan menghabiskan waktu. untuk menciptakan lebih banyak

waktu bagi komputer, pecandu game mengabaikan tidur, diet, olahraga, hobi, dan bersosialisasi”.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan *online game* adalah sejauh mana seseorang bermain *game online* secara berulang dan tidak dapat mengontrol perilaku bermain yang berakibat negatif salah satunya seperti melalaikan kegiatan di kehidupan nyata dan lebih mementingkan untuk bermain *game online*.

Candra Zebeh Aji (2012:1) mengatakan bahwa:

“*Game Online* adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. *Game online* tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, tetapi *game online* bisa dimainkan di komputer, laptop, *smartphone*, bahkan di tablet sekalipun. Asal gadget itu terhubung dengan jaringan internet, *game online* dapat dimainkan”.

Selanjutnya, menurut Kimberly Young (2009:365), “*Game online* adalah permainan yang dimainkan secara *online* via internet”.

Menurut Adams & Rollings (2010: 78) mengatakan,

“*Game online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain. *Game online* merupakan aplikasi permainan yang berupa pertualangan, pengaturan strategi, stimulasi dan bermain peran yang memiliki aturan main dan tingkatan-tingkatan tertentu. Bermain *game online* membuat pemain merasa senang karena mendapat kepuasan psikologis. Kepuasan yang diperoleh dari *game* tersebut akan membuat pemain semakin tertarik memainkannya”.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *game online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain dari berbagai penjuru bumi melalui jaringan internet serta dapat dimainkan di komputer, laptop, *smartphone* bahkan tablet.

1.2 Tipe *Game Online*

Berdasarkan jenis permainan dikutip dari Candra Zebeh Aji (2012:15) sebagai berikut:

1. *Massively Multiplayer Online First-person shooter games (MMOFPS)*

Permainan ini mengambil pandangan orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan, di mana setiap tokoh memiliki kemampuan yang berbeda dalam tingkat akurasi, refleks dan lainnya. Permainan ini dapat melibatkan banyak orang dan biasanya permainan ini mengambil *setting* peperangan dengan senjata-senjata militer. Contoh permainan jenis ini antara lain *Counter Strike*, *Call of Duty*, *Point Blank*, *Quake*, *Blood*.

2. *Massively Multiplayer Online Real-time Strategy Games (MMORTS)*

Permainan jenis ini menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas di mana pemain harus mengelola suatu duania maya dan mengatur strategi dalam waktu apapun. Dalam RTS, tema permainan bisa berupa sejarah (misalnya seri *Age of Empires*), fantasi (misalnya *Warcraft*) dan fiksi ilmiah (misalnya *Star Wars*).

3. *Massively Multiplayer Online Role Playing Games (MMORPG)*

Sebuah permainan di mana pemainnya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. RPG biasanya lebih mengarah ke kolaborasi sosial daripada kompetisi. Pada umumnya dalam RPG, para pemain tergabung dalam satu kelompok.

Contoh dari genre permainan ini *The Lord of the Rings Online*, *Shadows of Angmar*, *Final Fantasy*, *Dota*.

4. *Cross-platform Online Play*

Jenis permainan yang dapat dimainkan secara online dengan perangkat yang berbeda. Saat ini mesin permainan konsol (*console games*) mulai berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (*open 12 source networks*) seperti *Dreamcast*, *Playstation 2* dan *Xbox* yang memiliki fungsi *online*, misalnya *Need for Speed Underground*, yang dapat dimainkan secara *online* dari PC maupun Xbox.

5. *Massively Multiplayer Online Browser Game*

Permainan yang dimainkan pada peramban seperti *Mozilla Firefox*, *Opera*, atau *Internet Explorer*. Sebuah permainan daring sederhana dengan pemain tunggal dapat dimainkan dengan peramban melalui HTML dan teknologi scripting HTML (Javascript, ASP, PHP, MySQL). Perkembangan teknologi grafik berbasis web seperti *Flash* dan *Java* menghasilkan permainan yang dikenal dengan “*Flash games*” atau “*Java games*” yang menjadi sangat populer. Permainan sederhana seperti *Pac-Man* bahkan dibuat ulang menggunakan pengaya (plugin) pada sebuah halaman web. Browser games yang baru menggunakan teknologi web seperti Ajax yang memungkinkan adanya interaksi *multiplayer*.

6. *Simulation Games*

Permainan jenis ini bertujuan untuk memberi pengalaman melalui simulasi. Ada beberapa jenis permainan simulasi, di antaranya *life-*

simulation games, construction and management simulation games, dan vehicle simulation. Pada *life-simulation games*, pemain bertanggungjawab atas sebuah tokoh atau karakter dan memenuhi kebutuhan tokoh selayaknya kehidupan nyata, namun dalam ranah virtual. Karakter memiliki kebutuhan dan kehidupan layaknya manusia, seperti kegiatan bekerja, bersosialisasi, makan, belanja dan sebagainya. Contohnya permainannya adalah *Second Life*.

7. *Massively Multiplayer Online Games (MMOG)*

Pemain bermain dalam dunia yang skalanya besar (>100 pemain), di mana setiap pemain dapat berinteraksi langsung seperti halnya dunia nyata. MMOG muncul seiring dengan perkembangan akses internet broadband di negara maju, sehingga memungkinkan ratusan, bahkan ribuan pemain untuk bermain bersama-sama. MMOG sendiri memiliki banyak jenis seperti:

- a) MMORPG (*Massively Online Role-playing Game*).
- b) MMORTS (*Massively Multiplayer Online Real-time Strategy*)
- c) MMOFPS (*Massively Multiplayer Online First-Person Shooter*)
- d) MMOSG (*Massively Multiplayer Online Social Game*)

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan tipe-tipe *game online* adalah *Massively Multiplayer Online First-person Shooter Games (MMOFPS)*, *Massively Multiplayer Online Real-time Strategy Games (MMORTS)*, *Massively Multiplayer Online Role-playing Games (MMORPG)*, *Cross-platform Online*

play, Massively Multiplayer Online Browser Game, Simulation Games, Massively Multiplayer Online Games (MMOG).

Berdasarkan tipe *game online* point “g” disimpulkan bahwa *game online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain dari berbagai penjuru bumi melalui jaringan internet serta dapat dimainkan di komputer, laptop, *smartphone* bahkan tablet.

1.3 Indikator Kecanduan Bermain *Game Online*

Chen dan Chang (2008:39) “Ada empat buah aspek kecanduan *online game*” yaitu:

1. *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus)

Merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *online game*.

2. *Withdrawal* (penarikan diri)

Merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduan *online game* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *online game*, seperti halnya seorang perokok yang tidak bisa lepas dari rokok.

3. *Tolerance* (toleransi)

Toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk

melakukan sesuatu yang dalam hal ini bermain *online game*. Kebanyakan pemain *online game* tidak akan berhenti bermain hingga merasa puas.

4. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

Merupakan persoalan-persoalan yang berkaitan dengan interaksi kita dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. Pecandu *game online* cenderung untuk tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena mereka hanya terfokus pada *game online* saja. Begitu pula dengan masalah kesehatan, para pecandu *game online* kurang memperhatikan masalah kesehatan mereka seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

1.4 Faktor Kecanduan *Game Online*

Menurut Aqila Smart (2010:24) Beberapa alasan yang memungkinkan anak kecanduan *game online* adalah sebagai berikut:

1. Kurang perhatian dari orang-orang terdekat

Beberapa orang berfikir bahwa mereka dianggap ada jika mereka mampu menguasai keadaan. Mereka merasa bahagia jika mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekatnya, terutama ayah dan ibu. Dalam rangka mendapatkan perhatian, seseorang akan berperilaku yang tidak menyenangkan hati orang tuanya. Karena dengan berbuat demikian, maka orang tua akan memperingatkan dan mengawasinya.

2. Depresi

Beberapa orang menggunakan media untuk menghilangkan rasa depresinya, diantaranya dengan bermain *game online*. Dan dengan rasa nikmat yang ditawarkan *game online*, maka lama-kelamaan akan menjadi kecanduan.

3. Kurang kontrol

Bagi orang tua yang selalu memanjakan anaknya dengan fasilitas, efek kecanduan sangat mungkin terjadi. Seseorang yang tidak terkontrol biasanya akan berperilaku *over*.

4. Kurang kegiatan

Menganggur adalah kegiatan yang tidak menyenangkan. Dengan tidak adanya kegiatan maka bermain *game online* sering dijadikan pelarian yang dicari.

5. Lingkungan

Perilaku seseorang tidak semata-mata terbentuk dalam keluarga. Saat di sekolah, bermain dengan teman-teman itu bisa membentuk perilaku seseorang. Artinya, meskipun seseorang tidak dikenalkan pada *game online* di rumah, maka seseorang akan kenal dengan *game online* kerna pergaulannya.

6. Pola Asuh

Pola asuh orang tua juga sangat penting bagi perilaku seseorang. Maka, sejak dini orang tua harus berhati-hati dalam mengasuh anaknya. Karena

kekeliruan dalam pola asuh maka suatu saat anak akan meniru perilaku orang tuanya.

1.5 Ciri-ciri Kecanduan Bermain *Game Online*

Aqila Smart (2010:26), “Ciri-ciri kecanduan bermain *game online*” yaitu:

1. Lamanya waktu bermain video game semakin bertambah. Seseorang yang mulai kecanduan *game*, biasanya selalu ingin dan ingin menambah jam mainnya. Jika biasanya dia hanya cukup bermain satu jam sehari, mungkin saja dia menambah jam mainnya menjadi 2 atau 3 jam sehari.
2. Terus-menerus memikirkan kegiatan bermain video *game*, bahkan saat belajar, setiap perilaku, tindakan dan topik pembicaraannya selalu seputar video *game*. Perilaku lain adalah melibatkan beberapa hal dalam *game* dengan rutinitasnya sehari-hari.
3. Ingin mengurangi atau berhenti bermain video *game*, tapi tidak berhasil. Artinya tidak bisa atau susah, itulah tanda seseorang sudah dalam masa kecanduan. Karena pikirannya sudah dipenuhi dengan *game* dan merasa bahwa *game* bagian dari kebutuhannya yang harus dipenuhi.
4. Gelisah atau lekas marah ketika dilarang bermain video *game*.
5. Bermain *game* untuk melarikan diri dari masalah atau untuk menghilangkan perasaan tidak nyaman.
6. Lebih memilih bermain *game* daripada bermain dan berkumpul dan berkumpul dengan teman seusianya. Seseorang yang sudah kecanduan *game* biasanya menjadikan *game* sebagai teman terbaik karena seringnya mereka berinteraksi dengan “teman mayanya”.
7. Setelah kalah, seseorang tidak akan berhenti bermain bahkan ingin terus bermain. Dia akan tidak akan puas sebelum dia berhasil mengalahkan semuanya musuh dan kemudian dia menjadi pemenang.
8. Tidak peduli melakukan tindakan yang melanggar aturan asalkan bisa bermain video *game*. Seseorang yang kecanduan *game* tidak segan-segan untuk melakukan tindakan apapun asalkan dia bisa bermain *game* meskipun yang dilakukannya itu melanggar aturan.

1.6 Dampak Negatif Kecanduan *Game Online* Bagi Psikologi

Aqila Smart (2010:47) “Dampak yang bisa muncul pada seseorang yang sudah mulai kecanduan dalam permainan *game* adalah sebagai berikut” :

1. Pribadi yang kaku

Seseorang akan menjadi pribadi yang kaku karena game akan membuat seseorang untuk selalu berada di depan televisi dan komputer sehingga akan jarang untuk bertemu dengan orang-orang di lingkungannya dan berkomunikasi sehingga sulit untuk menerima keadaan yang ada dalam lingkungannya yang sebenarnya karena kurangnya sosialisasi.

2. Pemasrah

Seseorang yang sudah biasa memainkan permainan yang ekstrim dan keras, dia akan ikut ke dalam peran tersebut dan akhirnya akan terbawa dalam kehidupan yang sebenarnya.

3. Pengkhayal (*dreamer*).

Dunia *game* adalah dunia maya yang penuh dengan fantasi. Dengan efek latar gambar, musik dan cerita, semuanya itu adalah efek yang sengaja yang dibuat sang pencipta permainan untuk menarik perhatian dan minat para *gamer*. Nuansa yang seolah-olah nyata tersebut mampu menarik *gamer* masuk ke dalam dunia tersendiri. Seseorang akan menjadi pribadi yang menyendiri karena sibuk dengan urusan imajinasinya yang telah penuh dalam otak. Sehingga yang dia pikirkan bahwa kehidupan nyata ini sama halnya kehidupan dalam *game*.

2. Layanan Konseling Kelompok

2.1 Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Prayitno & Erman Amti (2015:311) menjelaskan bahwa:

“Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Di sana ada konselor (yang jumlahnya mungkin lebih dari seorang) dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya paling kurang dua orang). Di sana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Di mana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelurusan sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus), kegiatan evaluasi dan tindak lanjut”.

Menurut Abu Bakar M. Luddin (2012:78), “Konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok orang (klien) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk pengentasan masalah pribadi yang dirasakan oleh masing-masing anggota kelompok”.

Sedangkan, Taty Fauzi (2018:38) menyebutkan bahwa:

“Konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat *preventif* dan *development* terhadap kemampuan pribadi dalam pemecahan masalah secara berkelompok atau bersama-sama yang diarahkan oleh konselor kepada konseli. Konseling kelompok prinsipnya memberi kemudahan pertumbuhan dan perkembangan untuk membuat perubahan-perubahan positif pada individu serta memberi dorong dengan memanfaatkan potensi yang dimiliki”.

Sedangkan menurut M. Edi Kurnanto (2014:9), “Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama”.

Dengan memperhatikan empat pendapat di atas, maka yang dimaksud konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan oleh pembimbing atau konselor kepada anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk meningkatkan pemahaman individu tentang diri-sendiri dan hubungannya dengan orang lain serta pemecahan masalah yang dialami anggota kelompok.

2.2 Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Taty Fauzi (2018:58) mengatakan bahwa:

“Dalam menjalankan layanan, konseling kelompok memiliki fungsi kuratif dan layanan preventif serta bersifat perseveratif. Layanan kuratif yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu. Adapun layanan preventif yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu secara konseptual. Sedangkan fungsinya yang bersifat perseveratif digambarkan ketika konselor membantu seseorang untuk membentuk dan memperbaiki pribadinya (khususnya individu yang belum atau tidak menyadari bahwa ia memiliki masalah), penjelasan dalam kelompok dapat membuat individu tersebut menyadari masalahnya dan memperoleh tilikan untuk mencari jalan keluarnya”.

Fungsi layanan konseling kelompok meliputi dua layanan yaitu:

1. Konseling Individual : hubungan balik untuk mencapai pemahaman tentang dirinya sendiri, dalam hubungannya dengan permasalahan, perkembangan, dan pengambilan keputusan untuk saat ini dan seterusnya.
2. Konseling Kelompok : upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan pengembangan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka pertumbuhan dan perkembangannya.

2.3 Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Menurut Taty Fauzi (2018:60), tujuan dari layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Kesehatan Mental Positif (*Positive Mental Health*)

Konselor (afektif) menilai bahwa memiliki mental yang sehat merupakan tujuan konseling karena jika mental konseli sehat, maka ia memiliki integrasi, adaptasi dan identifikasi positif terhadap orang lain, ia akan belajar menerima tanggungjawab dan mandiri. Konselor membantu konseli yang mungkin mengalami gangguan kejiwaan dengan gejala-gejala gangguan disebabkan karena masalah dan kehidupan.

2. Pemecahan Masalah (*Problem Resolution*)

Pengentasan masalah menjadi salah satu tujuan konseling. Pada dasarnya kehadiran konseli ke ruang konseling karena ada sesuatu persoalan atau masalah yang perlu dikonsultasikan dan dibantu oleh konselor. Konseli menyadari bahwa ia membutuhkan seseorang (konselor). Pemecahan masalah dapat berasal dari pemahaman konseli sendiri atau konselor, tergantung dari metode pendekatan yang digunakan oleh konselor.

3. Keefektifan Pribadi (*Personal Effectiveness*)

Pribadi yang efektif adalah pribadi yang selaras dengan cita-cita, dapat memanfaatkan waktu yang tersedia, serta bersedia mengambil tanggungjawab ekonomi, psikologis dan fisik. Pribadi mampu mengenal, merumuskan dan memecahkan masalah, konsisten menjalani perannya, berfikir kreatif, mampu

mengontrol dorongan-dorongan dalam melakukan respons yang tepat terhadap frustrasi, permusuhan dan pertentangan.

4. Pembuatan Keputusan (*Decision Making*), dan perubahan tingkah laku (*Behavioral Change*).

Analisis terhadap tujuan-tujuan konseling sebagaimana dijelaskan pada uraian terdahulu memberikan gambaran dan penataan tentang tujuan umum dari pelaksanaan kegiatan konseling seperti menemukan makna hidup, menyembuhkan gangguan emosional, penyesuaian diri terhadap masyarakat, pencapaian kebahagiaan dan kepuasan, pencapaian aktualisasi diri, mengurangi perasaan cemas, penghapusan tingkah laku abnormal dan mempelajari pola tingkah laku adaptif.

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan untuk memecahkan masalah klien melalui dinamika kelompok serta mengembangkan pemahaman diri-sendiri maupun orang lain.

2.4 Azas-azas Layanan Konseling Kelompok

Taty Fauzi (2018:57), Azas-azas dalam layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Azas Kerahasiaan
Menjadi kunci pembuka hubungan dalam konseling yang menyimpan persoalan-persoalan pribadi yang tidak dapat dan tidak boleh dibawa keluar kegiatan konseling. Seluruh pembicaraan adalah konsumsi anggota tidak untuk diketahui orang di luar dan ia menjadi rahasia kelompok.
2. Azas Kesukarelaan
Keikutsertaan dan seluruh dorongan yang mengarahkan individu masuk dalam kelompok adalah atas dasar sukarela tidak ada paksaan.

3. Azas Keterbukaan
Keterbukaan menjadi kata kunci untuk membina komunikasi, tidak ada rasa curiga dan khawatir permasalahan yang diungkapkan pada konseli diketahui oleh para anggota
4. Azas Kegiatan
Proses konseling akan bermakna apabila semua anggota (konseli) yang dibimbing aktif untuk mencapai tujuan. Pemimpin kelompok dapat memunculkan suasana nyaman agar anggota kelompok (konseli) mampu mengikuti kegiatan untuk menemukan solusi pemecahan masalah
5. Azas Kenormatifan
Pelaksanaan konseling didasari atas norma-norma yang berlaku standar.
6. Azas Kekinian
Masalah yang dibicarakan adalah masa kini, bukan masa lampau.

Dari paparan di atas dapat dijelaskan bahwa ada 6 azas dalam konseling kelompok yaitu azas kerahasiaan, azas kesukarelaan, azas keterbukaan, azas kegiatan, azas kenormatifan dan azas kekinian.

2.5 Komponen dalam Layanan Konseling Kelompok

Komponen dalam Layanan Konseling Kelompok meliputi:

1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang berwenang menyelenggarakan praktik konseling secara profesional.

2) Anggota Kelompok

Para anggota konseling dapat beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk mendengarkan, memahami dan merespon kegiatan konseling. Setiap anggota dapat menumbuhkan kebersamaan yang diwujudkan dalam sikap antara lain pembinaan keakraban dan keterlibatan emosi, kepatuhan terhadap aturan kelompok, saling memahami, memberikan kesempatan dan bertatakrama untuk mensukseskan kegiatan kelompok.

3) Jumlah Kelompok

Banyak sedikitnya jumlah anggota kelompok sangat menentukan efektivitas konseling kelompok. Jumlah terlalu sedikit 2-3 orang akan mengurangi keefektifan konseling kelompok, demikian juga terlalu banyak akan membuat peserta kurang intensif dan berpartisipasi dalam dinamika kelompok. Karena ideal jumlahnya tidak lebih dari 10 orang.

4) Homogenitas Kelompok

Perubahan yang intensif dan mendalam memerlukan sumber-sumber yang variatif. Dengan demikian, layanan konseling kelompok memerlukan anggota kelompok yang bervariasi. Anggota yang homogen kurang efektif, sedangkan anggota yang heterogen akan menjadi sumber yang kaya untuk pencapaian tujuan layanan. Sekali lagi hal ini tidak ada ketentuan khusus, bisa disesuaikan dengan kemampuan pemimpin konseling kelompok dalam mengelola konseling kelompok.

5) Sifat Kelompok

Sifat kelompok dapat tertutup dan terbuka. Terbuka jika pada suatu saat dapat menerima anggota baru, dan dikatakan tertutup jika keanggotaannya tidak memungkinkan adanya anggota baru. Pertimbangan penggunaan terbuka dan tertutup bergantung pada keperluan. Kelompok tertutup maupun terbuka memiliki keuntungan dan kerugian masing-masing. Kelompok tertutup akan lebih mampu menjaga kohesivitasnya (kebersamaan) daripada kelompok terbuka.

6) Waktu Pelaksanaan

Lama waktu penyelenggaraan konseling kelompok bergantung pada kompleksitas masalah yang dihadapi kelompok. Menurut Latipun (Prayitno, 2004:11) konseling kelompok jangka pendek membutuhkan 8-20 kali pertemuan dengan frekuensi pertemuan antara satu sampai tiga kali dalam seminggu dengan durasinya 60-90 menit.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa komponen konseling kelompok adalah pemimpin kelompok, anggota konseling, jumlah kelompok, homogenitas kelompok, sifat kelompok dan waktu pelaksanaan.

2.6 Tahapan Layanan Konseling Kelompok

Menurut Taty Fauzi (2018:64) Tahap-tahap dalam layanan konseling kelompok ada lima (5) yaitu:

1. Tahapan persiapan : dilakukan untuk menentukan waktu dan tujuan serta mempersiapkan sarana atau kelengkapan proses pelayanan
2. Pembentukan : Diawali dengan ucapan salam dan do'a menurut agama dan kepercayaan masing-masing anggota, menerima anggota kelompok dengan ramah dan hangat, memperkenalkan diri masing-masing, menjelaskan tujuan konseling kelompok, menjelaskan prosedur konseling kelompok, menjelaskan azas-azas yang harus dipatuhi bersama, selingan (permainan untuk membentuk intensitas hubungan).
3. Tahapan peralihan : Menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling kelompok pada anggota, tanya jawab untuk meyakinkan kegiatan

konseling, menekankan kembali azas-azas yang telah disampaikan sebelumnya oleh konselor atau ketua kelompok agar kegiatan konseling berjalan sesuai dengan aturan main.

4. Tahapan Kegiatan : Menjelaskan topik masalah yang akan dibahas, meminta dan mengarahkan anggota kelompok agar bersikap terbuka terhadap masalah yang dialami masing-masing, membahas masalah atau persoalan yang paling banyak muncul dalam diskusi.
5. Tahapan Pengakhiran : Memberikan penjelasan bahwa kegiatan konseling berakhir (selesai), Masing-masing menyampaikan kemajuan yang dicapai selama proses konseling, Penyampaian komitmen untuk memegang keberhasilan mengatasi masalah. Mengucapkan terima kasih, berdo'a menurut kepercayaan dan agama masing-masing.

3. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

3.1 Pengertian *Rational Emotive Behavior Therapy*

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1962 melalui beberapa tahapan. Pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berpikir irasional yang salah satunya didapat melalui belajar sosial. Di samping itu, individu juga memiliki kapasitas untuk belajar kembali untuk berpikir

rasional. Pendekatan ini bertujuan untuk mengajak individu untuk mengubah pikiran-pikiran irasionalnya ke pikiran yang rasional.

Gantina Komalasari (2016:201) mengemukakan bahwa:

“Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Dalam proses konselingnya, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu”.

Menurut M. Edi Kurnanto (2014:67),

“Rational Emotif Terapi (RET) dapat dideskripsikan sebagai corak konseling yang menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat (*rational emotive*), berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*). RET merupakan aliran psikoterapi yang berlandaskan bahwa manusia terlahir dengan potensi. Baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat dibuat kesimpulan bahwa pendekatan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* merupakan pendekatan yang bertujuan untuk mengubah keyakinan irasional yang dimiliki klien (yang memberi dampak pada emosi dan perilaku) menjadi rasional.

3.2 Tujuan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Gantina Komalasari (2016:213) Tujuan utama konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* diantaranya sebagai berikut:

1. Membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif
2. Mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berpikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan.
3. Membantu individu untuk mengubah kebiasaan berpikir dan tingkah laku yang merusak diri.

3.3 Tahap-tahap Konseling

Gantina Komalasari (2016: 215) Tahap-tahap konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* yaitu:

1. Tahap 1

Proses di mana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut.

2. Tahap 2

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.

3. Tahap 3

Tahap akhir ini, konseli dibantu untuk secara terus-menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional.

Secara khusus, terdapat beberapa langkah intervensi konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* yaitu:

1. Bekerjasama dengan konseli (*engage with client*)
 - b. Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan, dan penghargaan
 - c. Memperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal yang mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan
 - d. Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan
2. Melakukan asesmen terhadap masalah, orang dan situasi (*access the problem, person and situation*).
 - a. Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah
 - b. Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini
 - c. Laksanakan assesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalaman masalah, hubungan dengan kepribadian individu, dan sebab-sebab non psikis seperti: kondisi fisik, lingkungan dan penyalahgunaan obat
3. Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client for therapy*).
 - a. Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah
 - b. Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya

4. Mengimplementasikan program penanganan (*implement the treatment program*).

- a. Menganalisis episode spesifik di mana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah dan mengembangkan *homework*
- b. Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku
- c. Menggunakan teknik-teknik tambahan jika diperlukan

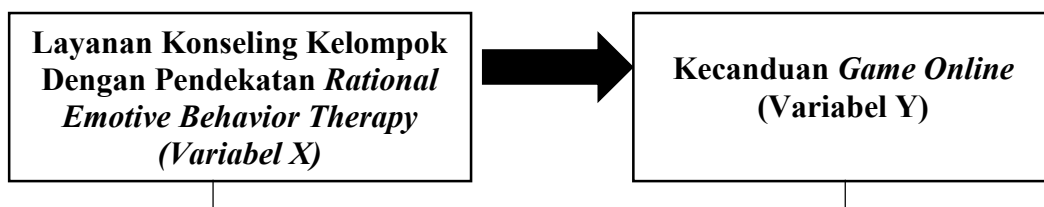
5. Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progress*).

Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berpikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain

6. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*Prepare the client for termination*)

Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai.

B. Kerangka Konseptual



Penurunan

Bagan 1. Rancangan Quasi Eksperimen

C. Hipotesis

Hipotesis dapat dirumuskan sebagai jawaban kesimpulan penelitian yang bersifat sementara yang masih harus diuji kebenarannya dengan data yang terkumpul melalui penelitian.

Hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis Nol (H_0) : Tidak ada penurunan kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
2. Hipotesis Alternatif (H_a) : Ada penurunan kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP Imelda Medan yang terletak di Jl.

Bilal No.24, Pulo Brayan Darat I, Medan Tim, 20238 Kota Medan.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2019. Untuk lebih jelasnya, rencana waktu penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.1
Jadwal Waktu Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Bulan / Minggu																											
		Ma		April				Mei				Juni				Juli				Agustus				Sep					
		3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Pengajuan Judul	■	■	■																									
2	Penulisan Proposal			■	■	■	■	■	■																				
3	Bimbingan Proposal							■	■	■	■	■	■	■	■														
4	Seminar Proposal														■														
5	Riset															■	■	■	■	■	■								
6	Pengolahan Data																		■	■	■								
7	Pembuatan Skripsi																					■	■	■	■	■			
8	Bimbingan Skripsi																									■			
9	Pengesahan Skripsi																										■		
10	Sidang Meja Hijau																												

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2017:173) menyatakan “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi”.

Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2
Populasi Siswa

No	Kelas	Populasi
1	VIII A	29
2	VIII B	36
3	VIII C	35
4	VIII D	35
Jumlah Siswa		135

Sumber : Data Siswa SMP Imelda Medan Tahun 2019

2. Sampel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2017: 174), “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang ingin diteliti”.

Peneliti mengambil siswa dari keseluruhan populasi untuk dijadikan sampel, seperti pada tabel berikut:

Tabel 3.3
Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Objek Penelitian
1	VIII A	29	2
2	VIII B	36	3
3	VIII C	35	3
4	VIII D	35	2
	Jumlah	168	10

Adapun teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampel bertujuan atau *purposive sample*.

Menurut Suharsimi Arikunto (2017:183),

“Sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas srata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Teknik ini biasanya dilakukan karena beberapa pertimbangan, misalnya alasan keterbatasan waktu, tenaga dan dana sehingga tidak dapat mengambil sampel yang besar dan jauh”.

Walaupun cara seperti ini diperbolehkan, yaitu peneliti bisa menentukan sampel berdasarkan tujuan tertentu, tetapi ada syarat-syarat yang harus dipenuhi, yaitu:

1. Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi
2. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi (*key subjectis*)
3. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan

Dengan demikian, sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebanyak 10 orang siswa dari jumlah populasi.

C. Variabel Penelitian

1. Pengertian Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2018:38) “Variabel penelitian adalah salah satu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Dalam penelitian ini ada dua variabel yang dapat didefinisikan operasional yaitu variabel independen (bebas) yaitu variabel X dan variabel dependen (terikat) yaitu variabel y. Maka dapat dirumuskan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut:

- a. Variabel bebas (X) Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*
- b. Variabel terikat (Y) Kecanduan *Game Online*

2. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara pemecahan masalah penelitian yang dilaksanakan secara terencana dan cermat dengan maksud mendapatkan fakta dan kesimpulan agar dapat memahami, menjelaskan, meramalkan dan mengendalikan keadaan.

Oleh karena itu peneliti menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif biasanya dipakai untuk menguji satu teori, untuk menyajikan suatu fakta atau mendeskripsikan statistik, untuk menunjukkan hubungan antara variabel, evaluasi dan lain sebagainya.

Sugiyono (2018:8):

“Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/ statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen, menurut Sugiyono (2018:72) “Metode eksperimen dapat diartikan sebagai metode

penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali”.

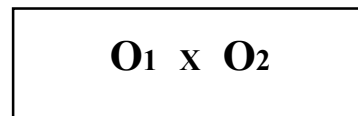
Dalam hal ini bahwa eksperimen dilakukan untuk mengetahui atau mengukur seberapa pengaruhnya variabel yang akan diuji.

3. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan cara yang dipergunakan untuk mengumpulkan data penelitian sehingga hasil penelitian dapat dibuktikan. Peneliti menggunakan teknik analisis untuk menganalisis data yang diperoleh dari hasil penelitian. Hal tersebut bertujuan untuk mendapatkan data yang akurat sesuai dengan tujuan penelitian.

Adapun desain yang digunakan peneliti adalah desain *one-group pretest-posttest desain*. Menurut Emzir (2017:97) desain *one-group pretest-posttest desain*.

one-group pretest-posttest desain



Bagan 2. Desain Penelitian

O₁ = Nilai Pretest (sebelum diberi perlakuan)

X = Perlakuan (*Treatment*)

O₂ = Nilai Post-test (setelah diberi perlakuan)

Paradigma desain penelitian ini terdapat pretest sebelum diberi perlakuan sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

D. Definisi Operasional Variabel

Setelah mengidentifikasi variabel penelitian, maka dapat dirumuskan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut:

1. Layanan Konseling dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Menurut Abu Bakar M. Luddin (2012:78), “Konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok orang (klien) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk pengentasan masalah pribadi yang dirasakan oleh masing-masing anggota kelompok”.

Gantina Komalasari (2016:201) mengemukakan bahwa:

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Dalam proses konselingnya, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu”.

2. Kecanduan *Game Online*

Kecanduan *game online* dalam penelitian ini mencakup aspek sebagai berikut: (1) *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus), (2) *Withdrawal* (penarikan diri), (3) *Tolerance* (toleransi) dan (4) *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

E. Instrumen Penelitian

Adapun alat instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data mengurangkan kecanduan *game online* adalah berupa angket yang diberikan kepada masing-masing siswa. Tujuan pembuatan angket adalah untuk memperoleh informasi yang relevan dengan penelitian yang kesahan cukup tinggi.

Menurut Sugiyono (2018:142) “Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”.

Adapun angket/kuesioner dalam penelitian ini adalah menggunakan skala likert 5 alternatif jawaban yang menyatakan *favourable* (mendukung) dan *non-favourable* (tidak mendukung) masing-masing alternatif jawaban dalam bentuk skor yaitu:

Tabel 3.4
Skor Jawaban Responden

Favourable (Mendukung)		Unfavourable (tidak mendukung)	
Pilihan	Skor	Pilihan	Skor
Sangat Sering	5	Sangat Sering	1
Sering	4	Sering	2
Ragu-ragu	3	Ragu-ragu	3
Kadang-kadang	2	Kadang-kadang	4
Tidak Pernah	1	Tidak Pernah	5

F. Teknik Analisis Data

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Uji Validitas Ahli

Sebelum digunakan dalam pengambilan data tes tersebut terdahulu di validitasi ahli. Menurut Sugiyono (2018:193), “Instrumen yang valid berarti alat ukur digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur”.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Angket (Sebelum Uji Validitas Ahli)

No	Aspek	Indikator	No Item	
			-	+
1	<i>Compulsion</i> (Dorongan untuk melakukan secara terus menerus)	Dorongan untuk melakukan secara terus-menerus	1,2,3,4,5,6	7,8
2	<i>Withdrawal</i> (penarikan diri)	Tidak bisa lepas dari bermain <i>game online</i>	9,10,11,12,13,14,15	16,17
3	<i>Tolerance</i> (toleransi)	Toleransi terhadap bermain <i>game online</i>	18,19	20,21,22,23,
4	<i>Interpersonal and health-related problems</i> (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)	Interaksi dengan orang lain Masalah yang berhubungan dengan kesehatan	24,25,26,27,28,29,30	31,32
Jumlah			16	16

Setelah proses pertimbangan selesai dan memperoleh persetujuan dari pembimbing ibu Sefni Rama Putri, S.Pd., M.Pd, instrumen yang telah dilakukan proses pertimbangan (*judgement*) dengan meminta bantuan kepada pembahas yaitu bapak Drs. Zaharuddin Nur, MM. Berdasarkan hasil *judgement* ada hal-hal yang perlu diperbaiki. Hasil angket yang telah diuji validitas ahli dapat dijelaskan di tabel 3.6 sebagai berikut:

Tabel 3.6
Kisi-kisi Angket (Setelah Uji Validitas Ahli)

No	Aspek	Indikator	No Item	
			-	+
1	<i>Compulsion</i> (Dorongan untuk melakukan secara terus menerus)	Dorongan untuk melakukan secara terus-menerus	1,2,3,4,5,6	7,8
2	<i>Withdrawal</i> (penarikan diri)	Tidak bisa lepas dari bermain <i>game online</i>	9,10,11,12,13,14	15,16
3	<i>Tolerance</i> (toleransi)	Toleransi terhadap bermain <i>game online</i>	17,18	19,20,21
4	<i>Interpersonal and health-related problems</i> (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)	Interaksi dengan orang lain Masalah yang berhubungan dengan kesehatan	22,23,24,25,26,27	28,29,30
Jumlah			20	10

Dari 32 butir pernyataan, diperoleh 2 butir yang digugurkan karena tidak valid yaitu nomor 13 dan 21. Selanjutnya butir pernyataan yang tidak valid tersebut tidak dilakukan perbaikan karena dari 30 pernyataan yang valid sudah mewakili masing-masing indikator dari variabel penelitian. Berdasarkan hasil *judgement* yang sudah diperbaiki, maka pernyataan yang valid ada 30 pernyataan.

2. Uji Presentase

Menurut Anas Sudijono (2014:43), presentase dapat dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

f = frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

P = Angka persentase

3. Kriteria Penilaian

Pembuatan kriteria penilaian menggunakan interval kelompok dapat ditentukan dengan rumus sebagai berikut:

$$interval_K = \frac{Data\ terbesar - data\ terkecil}{jumlah\ kelompok}$$

Agus Irianto (2010:22)

$$I = \frac{ST - SR}{5}$$

Keterangan:

I = Interval

ST = Skor Tertinggi

SR = Skor Terendah

Tabel 3.7
Klasifikasi Kategori Angket

Persentase Skor Kecanduan (%)	Kriteria
>84	Sangat Tinggi
65-83	Tinggi
46-64	Sedang
27-45	Rendah
<26	Sangat Rendah

4. Pengujian Persyaratan Analisis

a. Uji Normalitas

Menurut Husein Umar (2013:77) “Uji normalitas berguna untuk mengetahui apakah variabel dependen, independen atau keduanya berdistribusi normal, mendekati normal atau tidak”.

b. Uji T-test

Menurut Lexy J Moleong (dalam Iqbal Hasan, 2010:29) “Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja yang disarankan oleh data”.

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, digunakan rumus uji t atau *t-test paired sample t-test* yang digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* terhadap siswa kelas VIII SMP Imelda Medan. Adapun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}}$$

Suharsimi Arikunto (2017:349)

Keterangan:

Md = mean dari perbedaan *pre-test* dengan *post-test* (*post-test* – *pre-test*)

Xd = deviasi masing-masing subjek (d-Md)

$\sum x^2 d$ = jumlah kuadrat deviasi

N = subjek pada sampel

d.b = ditentukan dengan $N-1$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah

1. Identitas Sekolah

- a. Nama Sekolah : SMP Imelda Medan
- b. Alamat Sekolah : Jl. Bilal No. 24
- c. Kode pos : 20239
- d. *Email* : jhs_imelda@yahoo.com
- e. Pemerintah Kota : Medan
- f. Kecamatan : Medan Timur
- g. Desa/Kelurahan : Pulo Brayan Darat I
- h. Provinsi : Sumatera Utara
- i. Status Kepemilikan : Yayasan
- j. Nama Yayasan : Yayasan Imelda Medan
- k. Alamat Yayasan : Jl. Bilal Medan
- l. Status Sekolah : Swasta
- m. Tahun Berdiri : 2014
- n. Tahun Beroperasi : 2014 sampai sekarang
- o. Jumlah Ruang Kelas : 10 Kelas
- p. Jenjang Akreditasi : A
- q. Jumlah Guru : 22 Orang
- r. Jumlah Siswa : 183 Siswa

2. Motto, Visi, dan Misi Sekolah

a. Motto Sekolah

Cerdas, Mandiri, Berprestasi dan Berakhlak Mulia

b. Visi Sekolah

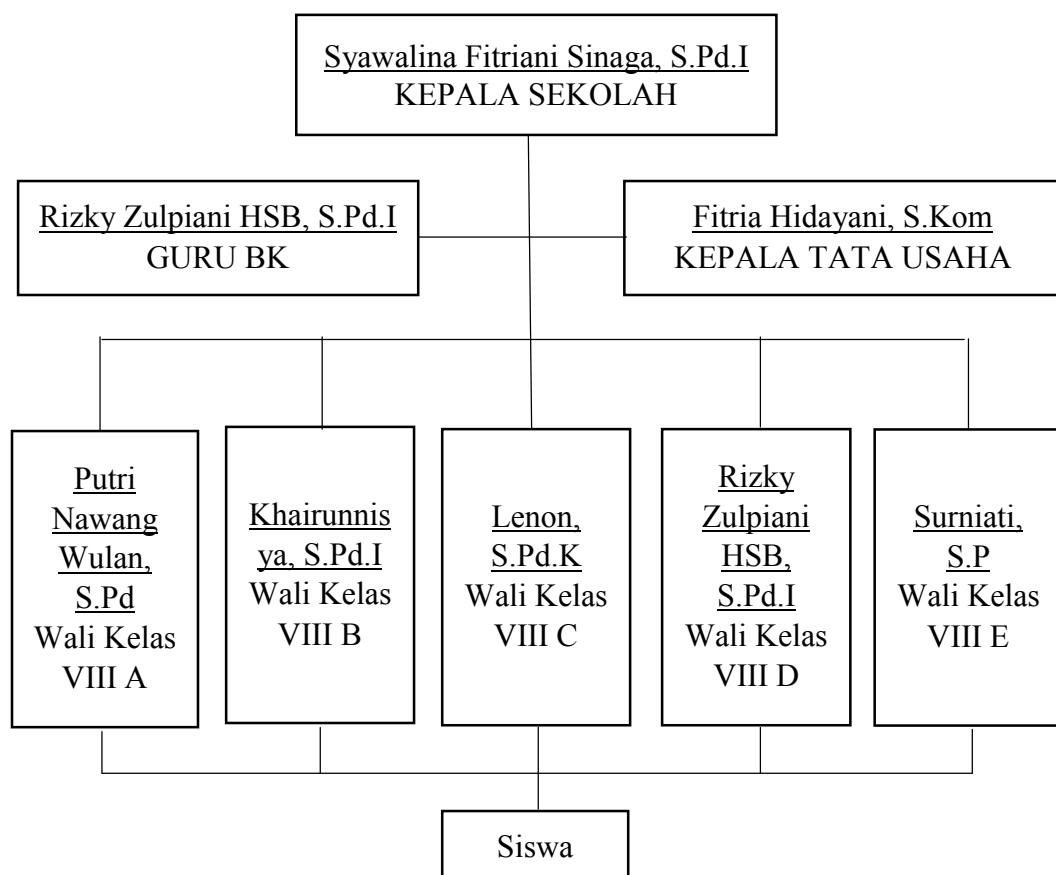
Terwujudnya SMP Swasta Imelda Medan sebagai pusat pendidikan dan pengembangan kepribadian, karakter peserta didik yang unggul, cerdas dan berprestasi dalam beragama dan berbangsa, berbudi pekerti, berilmu pengetahuan dan berwawasan lingkungan

c. Misi Sekolah

1. Menanamkan nilai nilai agamais dalam prilaku sehari-hari
2. Menanamkan rasa cinta terhadap bangsa dan tanah air
3. Membentuk pribadi berakhlak mulia dan berprestasi tinggi
4. Mengembangkan kemampuan berkomunikasi dengan beragam bahasa
5. Menciptakan generasi yang unggul dalam IPTEK sehingga mampu bersaing dalam era globalisasi
6. Mempersiapkan siswa yang Unggul, Cerdas dan Berakhlak sehingga mampu bersaing serta siap melanjutkan ke jenjang pendidikan selanjutnya
7. Mewujudkan pelaksanaan pengelolaan, perlindungan dan pelestarian lingkungan.

3. Struktur Organisasi Sekolah

Organisasi dapat diartikan sebagai suatu lembaga atau kelompok fungsional yang terdiri sekelompok orang yang mana bekerjasama untuk mencapai tujuan tertentu. Adapun struktur organisasi sekolah dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



4. Data Guru dan Pegawai

Berikut ini daftar guru dan pegawai sekolah SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019.

Tabel 4.1
Daftar Nama Guru SMP Imelda Medan

No	Nama	Jabatan
1	Syawalina Fitriana Sinaga, S.Pd.I	Kepala Sekolah
2	Mahmud, S.Pd.I	Wakil Kepala Sekolah
3	Ade Yulma Hartanti, S.Pd.	Bendahara
4	Fitria Hidayani, S.Kom	Kepala Tata Usaha
5	Rizky Zulpiany HSB, S.Pd	Guru BK
6	Khairunnisya, S.Pd.I	Guru PAI
7	Yarto, S.Pd	Guru Matematika
8	Lenon, S.Pd	Guru Agama Kristen
9	Mega Nurvinta, S.Pd	Guru SBK
10	Irma Yanti Harahap, S.Pd.I	Guru Agama Islam
11	Ismail, ST	Guru Elektronika
12	Husnul Hotimah, M.Pd	Guru Fisika
13	Yola Adhysta, S.Pd	Guru Kimia
14	Ria Jelja Saragih, S.Pd	Guru Bahasa Indonesia
15	Eka Sugianti, SP	Guru Biologi
16	Sartika, M.Pd	Guru IPS
17	Baskoro Setiadi, S.Pd	Guru Penjas
18	Surniati, S.Pd	Guru Bahasa Inggris
19	Agus Hadi Wardoyo, S.Pd	Guru Agama Islam
20	Putri Nawang Wulan, S.Pd	Guru Bahasa Inggris
21	Desvita Wati Tanjung, S.Pd	Guru Bahasa Indonesia

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Data responden penelitian ini diperoleh dari siswa-siswa SMP Imelda Medan kelas VIII yang berjumlah 135 siswa. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan yaitu 10 siswa dari 135. Waktu pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 29 Juli sampai dengan 10 Agustus 2019. Secara spesifik penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi

kecanduan *game online*. Data-data yang diperoleh adalah hasil dari *pre-test* dan *posttest* berkaitan dengan siswa terhadap kecanduan *game online*. Deskriptif data dilakukan pada kelompok penelitian eksperimen.

Waktu penelitian dilaksanakan mulai awal bulan Juli 2019, dengan rincian sebagai berikut:

- a. Penyelesaian proposal : 29 Juni 2019
- b. Membagikan angket uji coba : 17 Juli 2019
- c. Mengurus perijinan penelitian : 26 Juli 2019
- d. Membagikan angket penelitian : 27 Juli – 10 Agustus 2019

1. Hasil Data *Pre-test*

Sesuai dengan tujuan dilakukannya *pretest*, yaitu untuk mengetahui gambaran tentang kecanduan *game online* sebelum diberikan perlakuan. Untuk mengidentifikasi masalah yang akan diteliti, peneliti terlebih dahulu melakukan diskusi dengan guru bk dan observasi siswa kelas VIII sejak akhir bulan Juli. Setelah ditemukan siswa yang kecanduan bermain *game online* sebagai subyek penelitian, maka dilakukan penyebaran angket dengan membuat satu kelompok yang terdiri dari 10 orang. Hasil *pretest* tersebut dianalisis menggunakan pengolahan data SPSS versi 20.0. Adapun skor dan presentase angket yang diperoleh dapat dilihat melalui tabel di bawah ini.

Tabel 4.2
Hasil *Pre-test*
Kecanduan *Game Online* Siswa

No.	Nama Siswa	Skor Σ	Presentase	Kategori
1	CAP	101	84%	Sangat Tinggi
2	FA	101	84%	Sangat Tinggi
3	AAN	94	78%	Tinggi
4	DF	101	84%	Sangat Tinggi
5	SA	102	85%	Sangat Tinggi
6	AS	101	84%	Sangat Tinggi
7	AF	91	76%	Tinggi
8	DB	96	80%	Tinggi
9	ZAK	98	82%	Tinggi
10	RF	93	78%	Tinggi
Total		978	82%	Tinggi
Mean		97.8		

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui hasil *pretest* dari 10 orang siswa pada siswa yang memiliki kecanduan *game online* dalam kategori sangat tinggi sebanyak 5 orang. Sedangkan yang memiliki kecanduan *game online* dalam kategori tinggi sebanyak 5 orang siswa. Hasil keseluruhan skor 10 orang siswa diperoleh jumlahnya 978 dengan presentase sebanyak 82%. Hal ini berarti kecanduan bermain *game online* pada siswa dalam kategori yang tinggi.

Setelah mengetahui rata-rata siswa yang memiliki kecanduan bermain *game online* dalam kategori tinggi, maka diberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* kepada 10 orang siswa tersebut. Penelitian ini dilakukan dalam empat kali pertemuan. Alokasi waktu dalam setiap pertemuan adalah 1 x 40 menit atau selama satu jam pelajaran.

Tabel 4.3
Jadwal Kegiatan Penelitian

No	Tanggal	Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>			
		Pertemuan I	Pertemuan II	Pertemuan III	Pertemuan IV
1	Senin, 29 Juli 2019	√			
2	Rabu, 31 Juli 2019		√		
3	Senin, 5 Agustus 2019			√	
4	Kamis, 9 Agustus 2019				√

Tahap-tahap pelaksanaan teknik konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* siswa adalah sebagai berikut:

Pertemuan I

Pada pertemuan pertama, peneliti mengadakan layanan bimbingan kelompok dengan membentuk kelompok yang terdiri dari 10 orang siswa yang kecanduan bermain *game online*. Maka dilanjutkan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan menyiapkan kelengkapan administrasi yaitu satuan layanan konseling kelompok (RPL) dan daftar hadir siswa serta menyiapkan hasil angket sebelum diberi perlakuan (*pre-test*) yang telah diisi siswa. Layanan konseling kelompok diadakan di dalam kelas dengan suasana yang nyaman lebih kurang dilakukan 40 menit. Berikut dijelaskan tahap-tahap konseling kelompok:

a. Tahap Pembentukan

Peneliti sebagai pemimpin kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam dan terima kasih kepada seluruh anggota

kelompok atas partisipasinya berkumpul untuk mengikuti kegiatan layanan konseling. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdoa untuk mendapat kemudahan terselesaikannya masalah anggota kelompok dalam layanan konseling kelompok. Peneliti menjelaskan secara ringkas dan jelas apa yang dimaksud dengan konseling kelompok dan pelaksanaan konseling kelompok juga tentang definisi pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

Tujuan yang ingin dicapai dan azas-azas yang harus dipenuhi oleh seluruh anggota kelompok, setelah itu dilanjutkan kegiatan pengenalan (rangkai nama) untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok yang satu dengan yang lain. Pada tahap permulaan semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan konseling kelompok dan tujuan dilakukannya konseling kelompok serta azas-azas yang harus dipatuhi oleh semua anggota kelompok. Pemimpin mengajak anggota untuk bermain “rangkai nama dan hobi masing-masing dengan nyanyian” agar lebih santai mengikuti konseling kelompok. Setelah mengikuti permainan, tampak anggota kelompok yang pada awalnya terlihat masih acuh dan pasif sudah mulai tertarik untuk mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan peneliti menjelaskan tahap konseling kelompok dan pendekatan *rational emotive behavior therapy* yang akan dijalani, menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dan melihat suasana yang terjadi dalam konseling kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengajak setiap anggota kelompok untuk membahas permasalahan yang dihadapi oleh mereka masing-masing yang mendorong mereka untuk terus-menerus bermain *game online* (*compulsion*). Pada awalnya siswa masih terlihat malu-malu untuk mengemukakan pendapat, namun setelah pemimpin kelompok memberi motivasi agar mereka dapat menyampaikan masalah dengan terbuka, mereka akhirnya berani untuk menyatakan bahwa masalah mereka adalah yang berkaitan dengan kecanduan bermain *game online*.

Setiap permasalahan yang telah dikemukakan oleh setiap anggota kelompok akan dipilih terlebih dahulu masalah kecanduan bermain *game online* siswa yang dalam kategori lebih tinggi untuk dituntaskan. Kemudian setelah disepakati bersama, maka diikuti permasalahan siswa lain untuk dicari solusinya.

d. Tahap Pengakhiran

Peneliti menjelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pertanyaan jika ada pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan kelompok berlangsung.

Pemimpin dan seluruh anggota kelompok menyepakati jadwal pertemuan berikutnya dan berdoa untuk menutup layanan konseling kelompok dan bersalaman.

Pertemuan II

Pertemuan ke-II dilaksanakan kurang lebih 40 menit di dalam kelas dengan kondisi yang nyaman agar semua anggota kelompok dapat mengikuti

layanan konseling kelompok dengan baik tanpa terganggu dengan aktivitas sekolah lainnya. Tahap konseling kelompok dengan pertemuan II dijelaskan sebagai berikut:

a. Tahap Pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam dan terima kasih kepada setiap anggota kelompok atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdo'a.

Pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan konseling kelompok, tujuan dilakukannya serta azas-azas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok. Anggota kelompok juga sudah saling kenal antara satu sama lain maka tidak dilakukan proses pengenalan lagi.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya atau mengulang kembali kegiatan pertemuan pertama.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap ini pemimpin kelompok memperlihatkan dan menyadarkan kepada mereka bahwa upaya mereka untuk menarik diri dari suatu hal agar tetap bisa bermain *game online* yang mereka hadapi sekarang (*withdrawal*) adalah irasional dan tidak logis. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional.

Konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut. Pada tahap ini, pemimpin kelompok memberi kesempatan kepada mereka untuk mengemukakan apa-apa saja yang mereka alami selama kecanduan bermain *game online*.

Pada kegiatan pertemuan kedua ini, sebagian siswa mulai berani untuk mengemukakan pendapatnya dan terlihat akrab dengan kegiatan konseling kelompok.

d. Tahap Pengakhiran

Peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.

Setelah semua anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan tentang kegiatan konseling kelompok, pemimpin kelompok menyepakati jadwal pertemuan berikutnya dengan semua anggota kelompok, setelah sepakat pemimpin memimpin do'a untuk menutup layanan konseling kelompok dan bersalaman.

Pertemuan III

Pertemuan ke-III dilaksanakan kurang lebih 40 menit di ruang kelas dengan suasana yang nyaman dan kondusif agar semua anggota kelompok dapat mengikuti layanan konseling kelompok dengan baik tanpa terganggu dengan aktivitas sekolah lainnya. Tahap konseling kelompok dijelaskan sebagai berikut:

a. Tahap Pembentukan

Peneliti sebagai anggota kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok untuk memulai layanan konseling kelompok. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk bersama-sama berdo'a agar diperlancarkan kegiatan pada pertemuan ini. Peneliti menawarkan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan layanan apakah yang selama ini diikutinya dan juga definisi tentang pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap transisi peneliti menjelaskan tahap konseling kelompok yang akan dijalankan, menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok dan melihat suasana yang terjadi di dalam konseling kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan ini pemimpin kelompok meyakinkan bahwa toleransi mereka terhadap jumlah bermain *game online* yang semakin meningkat dapat ditantang dan dirubah. Pemimpin kelompok mengajak setiap anggota kelompoknya untuk mengemukakan pendapat dan solusi untuk mengubah perilaku kecanduan bermain *game online* yang dihadapi.

Pada pertemuan ke-III ini kebanyakan siswa sudah berani untuk mengemukakan pendapatnya atau bertanya kepada pemimpin kelompok. Kemudian, setiap anggota kelompok diminta untuk menyusun rencana serta

menetapkan target perubahan yang harus dilakukan dengan jelas, spesifik dan dapat dicapai.

d. Tahap Pengakhiran

Peneliti menjelaskan bahwa kegiatan layanan konseling kelompok akan berakhir dan memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.

Setelah semua anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan tentang kegiatan konseling kelompok, pemimpin kelompok menyepakati jadwal pertemuan berikutnya dengan semua anggota kelompok. Setelah sepakat, pemimpin memimpin do'a untuk menutup layanan konseling kelompok dan bersalaman.

Pertemuan IV

Pertemuan ke-IV dilaksanakan kurang lebih 40 menit di ruang kelas dengan suasana yang nyaman dan kondusif agar semua anggota kelompok dapat mengikuti layanan konseling kelompok dengan baik tanpa terganggu dengan aktivitas sekolah lainnya. Tahap konseling kelompok pertemuan ke-IV dijelaskan sebagai berikut:

a. Tahap Pembentukan

Peneliti sebagai anggota kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok untuk memulai layanan konseling kelompok. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk bersama-sama berdo'a agar demi terselesaikannya masalah anggota kelompok dalam layanan konseling. Peneliti menawarkan

kepada anggota kelompok untuk mendefinisikan pengertian konseling kelompok, menyebutkan satu per satu tujuan yang ingin dicapai dan azas-azas yang harus dipatuhi oleh seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap transisi peneliti menjelaskan tahap konseling kelompok yang akan dijalankan, menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok dan melihat suasana yang terjadi di dalam konseling kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap ini, anggota siswa dibantu untuk terus-menerus mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak terjebak pada masalah kecanduan bermain *game online* yang disebabkan oleh pemikiran irasional sehingga mengabaikan masalah hubungan interpersonal dan kesehatan. Anggota kelompok diajak untuk menyampaikan apa-apa saja perubahan baik yang dialami oleh setiap dari mereka setelah melakukan rencana dan target pada pertemuan sebelumnya.

Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompoknya untuk membahas tentang fenomena kecanduan bermain *game online* yang terjadi pada saat ini atau yang sedang viral di negara ini seperti halnya bahaya kecanduan *game online* bisa buat sakit jiwa dan penyakit glaukoma yaitu kondisi pada kasus viral remaja buta karena kecanduan *game online*.

d. Tahap Pengakhiran

Peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir dan memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti layanan konseling kelompok melalui pikiran, perasaan, sikap, perilaku dan tanggungjawab.

Setelah mendengarkan semua pesan dan kesan dari semua anggota kelompok, maka pemimpin kelompok memimpin do'a untuk menutup layanan konseling kelompok dan bernyanyi serta saling bersalam-salaman.

2. Hasil Data *Post-test*

Selama proses memberikan perlakuan sebanyak 4 (empat) sesi layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* kepada siswa dari akhir bulan Juli sehingga tanggal 10 Agustus 2019, observasi dilakukan dengan dibantu guru pembimbing untuk melihat kesesuaian pelaksanaan dengan rencana tindakan dan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan tindakan.

Kemudian peneliti mengukur kecanduan bermain *game online* pada siswa berdasarkan perolehan hasil analisis angket ke-10 orang siswa yang mengikuti konseling kelompok untuk melihat perubahan yang terjadi setelah melakukan kegiatan layanan. Adapun hasil pengukuran kecanduan bermain *game online* dapat dilihat pada Tabel 4.4 sebagai berikut.

Tabel 4.4
Hasil *Post-test*
Kecanduan *Game Online* Siswa

No.	Nama Siswa	Skor Σ	Presentase	Kategori
1	CAP	66	55%	Sedang
2	FA	54	45%	Rendah
3	AAN	54	45%	Rendah
4	DF	32	27%	Sangat Rendah
5	SA	71	59%	Sedang
6	AS	74	62%	Sedang
7	AF	44	37%	Rendah
8	DB	55	46%	Rendah
9	ZAK	52	43%	Rendah
10	RF	32	27%	Sangat Rendah
Total		534	45%	Rendah
Mean		53.4		

Berdasarkan hasil analisis angket *post-test* kecanduan *game online* siswa pada tabel, terlihat bahwa kecanduan *game online* pada siswa mengalami perubahan atau penurunan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Total skor yang diperoleh dari 10 orang siswa adalah 534 dengan presentase keseluruhan adalah 45%. Selanjutnya, hasil perhitungan *mean* dari total skor 10 orang siswa adalah 53.4 dan kecanduan *game online* siswa berada dalam kategori rendah.

3. Perbandingan Hasil Data *Pre-test* dan *Post-test*

Data penelitian yang diperoleh pada siswa kelas VIII berdasarkan instrumen yang telah diberikan kepada 10 orang siswa sebelum perlakuan (*pre-test*) dan sesudah perlakuan (*post-test*). Perbandingan dilakukan untuk mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* terhadap siswa. Berikut disajikan skor dan presentase masing-masing kecanduan *game online* siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Tabel 4.5
Hasil Perbandingan *Pretest-Posttest*
Kecanduan *Game Online* Siswa

No	Nama Siswa	<i>Pre-test</i>		Kategori	<i>Post-test</i>		Jumlah Penurunan	Kategori
		Skor	Presentase		Skor	Presentase		
1	CAP	101	84%	Sangat Tinggi	66	55%	35	Sedang
2	FA	101	84%	Sangat Tinggi	54	45%	47	Rendah
3	AAN	94	78%	Tinggi	54	45%	40	Rendah
4	DF	101	84%	Sangat Tinggi	32	27%	69	Sangat Rendah
5	SA	102	85%	Sangat Tinggi	71	59%	31	Sedang
6	AS	101	84%	Sangat Tinggi	74	62%	27	Sedang
7	AF	91	76%	Tinggi	44	37%	47	Rendah
8	DB	96	80%	Tinggi	55	46%	41	Rendah
9	ZAK	98	82%	Tinggi	52	43%	46	Rendah
10	RF	93	78%	Tinggi	32	27%	61	Sangat Rendah
Total		978	82%	Tinggi	534	45%	444	Rendah

Berdasarkan tabel 4.5, dapat diketahui terdapat perbedaan kecanduan *game online* sebelum dan sesudah mendapat perlakuan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Terlihat kecanduan bermain *game online* pada saat *pre-test* berada pada kategori sangat tinggi adalah sebanyak lima orang siswa daripada lima orang siswa yang berada dalam kategori tinggi. Sementara total sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* adalah 978 dengan presentase 82%.

Selanjutnya, setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*, siswa yang berinisial CAP telah menurun sebanyak 35 jumlah skor kecanduannya dari 101 sebelum perlakuan

(*pre-test*) menjadi 66 sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dengan presentase 55% dan dalam kategori sedang. Selanjutnya, siswa yang berinisial FA telah menurun sebanyak 47 jumlah skor kecanduannya dari 101 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 54 dengan presentase 45% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori rendah.

Hasil perbedaan *pre-test* dan *post-test* ini juga terlihat pada siswa yang berinisial AAN telah menurun sebanyak 40 jumlah skor kecanduannya dari 94 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 54 dengan presentase 45% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori rendah. Sementara siswa yang berinisial DF telah menurun sebanyak 69 jumlah skor kecanduannya dari 101 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 32 dengan presentase 69% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori rendah.

Efektifnya layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam mengurangi kecanduan *game online* terlihat dari siswa yang berinisial SA telah menurun sebanyak 31 jumlah skor kecanduannya dari 102 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 71 dengan presentase 59% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori sedang. Sedangkan siswa yang berinisial AS telah menurun sebanyak 27 jumlah skor kecanduannya dari 101 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 74 dengan presentase 62% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori sedang. Sementara siswa yang berinisial AF telah menurun sebanyak 47 jumlah skor kecanduannya dari 91 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 44 dengan presentase 37% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori rendah.

Tabel 4.5 menunjukkan hasil perbandingan bahwa siswa yang berinisial DB telah menurun sebanyak 41 jumlah skor kecanduannya dari 96 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 55 dengan presentase 46% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori rendah. Selanjutnya, siswa yang berinisial ZAK telah menurun sebanyak 46 jumlah skor kecanduannya dari 98 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 52 dengan presentase 43% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori rendah. Siswa yang terakhir berinisial RF telah menurun sebanyak 61 jumlah skor kecanduannya dari 93 sebelum perlakuan (*pre-test*) menjadi 32 dengan presentase 27% sesudah diberi perlakuan (*post-test*) dan dalam kategori sangat rendah.

Total *post-test* menurun menjadi sebesar 534 dengan presentase 45% dari hasil total skor *pre-test* 978 dengan presentase 82%. Dari 10 orang siswa yang mendapat perlakuan, semua siswa mengalami perubahan atau penurunan terhadap kecanduan *game online* dengan jumlah penurunan sebanyak 444 dan dalam kategori rendah.

C. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* terhadap kecanduan bermain *game online*. Uji hipotesis ini menggunakan *software Statistical Packages for Social Science* (SPSS) for *Window Release 20.00* dengan menggunakan uji normalitas dan uji *paired sample t-test* sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah variabel yang diteliti memiliki distribusi datanya normal atau tidak. Di samping itu uji normalitas juga bertujuan untuk membuktikan bahwa variabel terikat yang berupa skor-skor diperoleh dari hasil penelitian yang tersebar apakah sudah sesuai dengan kaidah normal atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk menguji normalitas yaitu jika $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal, sedangkan jika $p < 0,05$ maka data penelitian berdistribusi tidak normal. Pengujian normalitas ini menggunakan *one sample kolmogorof- sminof* untuk mengetahui apakah sebaran skor variabel penelitian mengikuti kurva normal atau tidak. Hasil perhitungan SPSS 20.00 untuk uji normalitas. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Sebelum	Sesudah
N		10	10
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	97,8000	53,4000
	Std. Deviation	4,02216	14,53884
Most Extreme Differences	Absolute	,287	,162
	Positive	,148	,156
	Negative	-,287	-,162
Kolmogorov-Smirnov Z		,907	,511
Asymp. Sig. (2-tailed)		,383	,956

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan dari hasil di atas dapat diketahui bahwa hasil hasil perhitungan rata-rata *mean* skor kecanduan *game online* sebelum diberikan *treatment* adalah 97,8000 dan *mean* setelah diberikan *treatment* 53,4000. Sementara hasil

kolmograf-smirnov yang diperoleh adalah sebelum (*pre-test*) 0,907 dan sesudah (*post-test*) 0,511 maka p lebih besar dari $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

Dan hasil asymp. Sig (2-tailed) adalah sebelum (*pretest*) 0,383 dan sesudah (*posttest*) 0,956 maka dari hasil analisis tersebut, diketahui bahwa di mana H_0 ditolak berarti distribusi *pre-test* dan *post-test* berbentuk normal.

Hasil dari uji normalitas menunjukkan semua data berdistribusi normal, artinya data penelitian yang diperoleh telah memenuhi syarat untuk dilakukan uji *paired sample t-test*

2. Uji T-Test

Uji T-Test yang digunakan peneliti adalah uji *paired sample t-test* yang dilakukan adalah untuk mengetahui apakah adanya perbedaan yang signifikan kecanduan bermain *game online* sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Adapun untuk menyatakan apakah perbedaan rata-rata *mean* tersebut memiliki keberartian atau signifikan maka dilakukan uji t .

Untuk menyatakan apakah perbedaan rata-rata tersebut signifikan dengan melihat koefisien *P-Value* dan membandingkannya dengan taraf signifikansi 0,05. Apabila koefisien *P-value* lebih kecil dari 0,05 maka dinyatakan bahwa perbedaan rata-rata tersebut signifikan. Sebaliknya apabila *P-value* lebih besar dari 0,05 maka dinyatakan bahwa perbedaan rata-rata tersebut tidak signifikan.

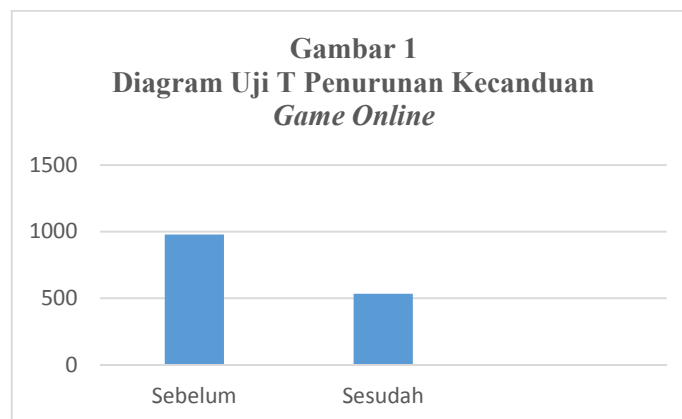
Hasil dari uji *paired sample t-test* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7
Hasil Uji *T-Test*

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair Sebelum - 1 Sesudah	44,40000	12,90306	4,08030	35,16971	53,63029	10,882	9	,000

Berdasarkan tabel hasil uji *T-Test* pada tingkat penurunan kecanduan *game online pre-test* dan *post-test* pada siswa menunjukkan asymp sig. (2-tailed) sebesar 0.000 maka sig. (2-tailed) < 0,05 atau sig. 0,000 < 0,05 jadi dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima.

Maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* berpengaruh dalam menurunkan kecanduan bermain *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan.



D. Pembahasan dan Hasil Penelitian

Temuan penelitian adalah terdapat perbedaan kecanduan *game online* pada siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational*

emotive behavior therapy. Selanjutnya, untuk lebih memahami secara konseptual hasil penelitian, maka dilakukan pembahasan terhadap hasil penelitian.

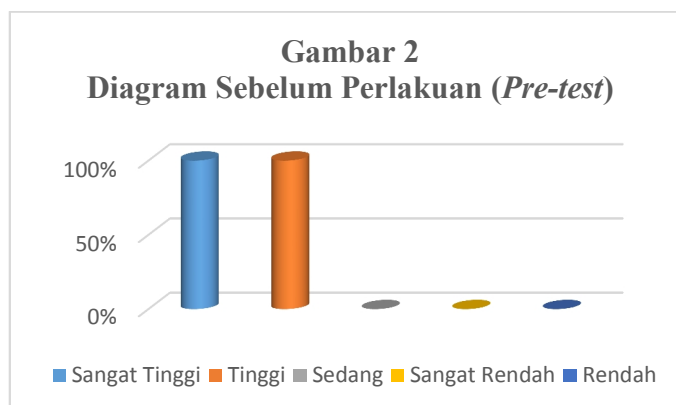
1. Gambaran Kecanduan Bermain *Game Online* Sebelum Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat *pre-test* kondisi kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan berada dalam kategori sangat tinggi adanya 5 orang siswa sementara 5 orang siswa lagi dalam kategori tinggi. Adapun gambaran sebelum perlakuan dapat dilihat berdasarkan tabel di bawah ini.

Tabel 4.8
Gambaran Sebelum Perlakuan

Kategori	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	5	50%
Tinggi	5	50%
Sedang	-	-
Rendah	-	-
Sangat Rendah	-	-

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa skor tertinggi frekuensi sebanyak 5 siswa dengan presentase 50%. Sementara skor tinggi frekuensi sebanyak 5 orang siswa dengan frekuensi 50%. Berikut disajikan diagram sebelum perlakuan (*pre-test*) pada siswa.



Berdasarkan gambar 1, dapat diketahui bahwa siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan memiliki kebiasaan bergantung dengan *game online* atau dapat dikatakan kecanduan terhadap *game online*. Berdasarkan hasil *pre-test* tersebut, siswa perlu mendapatkan perlakuan lebih lanjut.

2. Gambaran Kecanduan Bermain *Game Online* Pada Siswa Sesudah Diberikan Layanan Konseling Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Dapat dilihat gambaran kecanduan bermain *game online* sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan pada tabel di bawah ini:

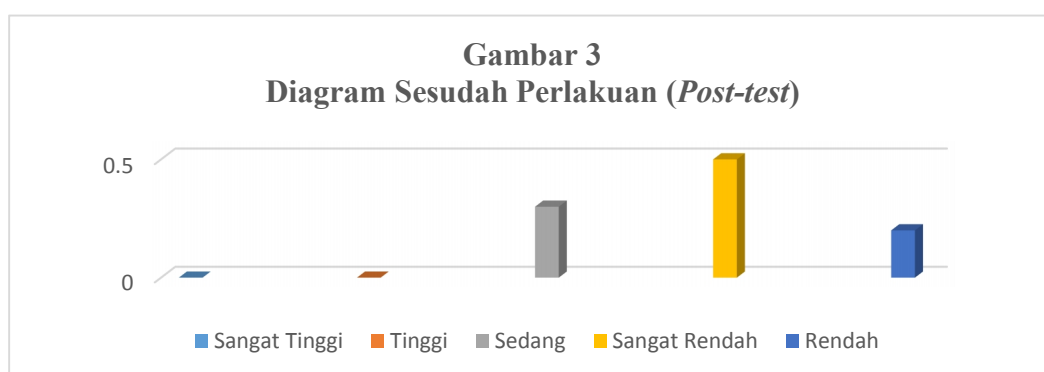
Tabel 4.9
Gambaran Sesudah Perlakuan

Kategori	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	-	
Tinggi	-	
Sedang	3	30%
Rendah	5	50%
Sangat Rendah	2	20%

Berdasarkan tabel 4.9, terlihat bahwa gambaran sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* menunjukkan

sebanyak 3 siswa berada dalam kategori sedang dengan memperoleh persentase 30% sedangkan sebagian besar berada pada kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 5 siswa memperoleh persentase 50% sementara pada kategori sangat rendah dengan frekuensi 2 siswa memperoleh 20%.

Adapun gambaran kecanduan bermain *game online* pada siswa sesudah diberikan layanan konseling dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dapat dilihat pada gambar di bawah.



Berdasarkan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa kecanduan *game online* pada siswa mengalami penurunan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Dapat diketahui siswa mampu menangani kecanduan *game onlinenya* sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

3. Penurunan Kecanduan Bermain *Game Online* Pada Siswa Setelah Diberikan Layanan Konseling Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

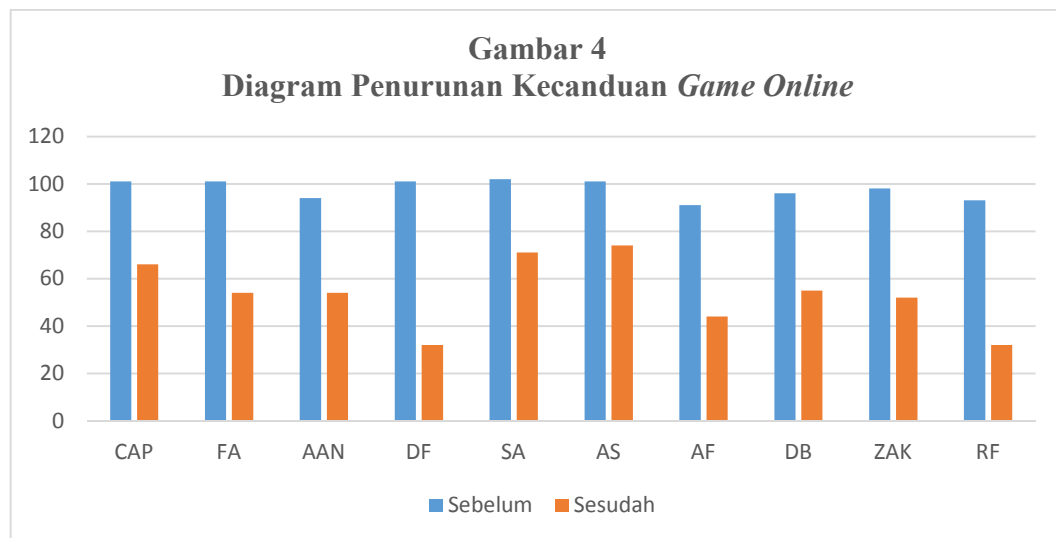
Hasil analisis sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* pada siswa kelas VIII SMP Imelda

Medan menunjukkan bahwa kecanduan *game online* pada siswa mengalami perubahan atau penurunan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Hal ini dapat diperhatikan pada tabel di bawah:

Tabel 4.10
Penurunan Sesudah Perlakuan

No	Nama Siswa	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		Jumlah Penurunan	Kategori
		Skor	Presentase	Skor	Presentase		
1	CAP	101	84%	66	55%	35	Sedang
2	FA	101	84%	54	45%	47	Rendah
3	AAN	94	78%	54	45%	40	Rendah
4	DF	101	84%	32	27%	69	Sangat Rendah
5	SA	102	85%	71	59%	31	Sedang
6	AS	101	84%	74	62%	27	Sedang
7	AF	91	76%	44	37%	47	Rendah
8	DB	96	80%	55	46%	41	Rendah
9	ZAK	98	82%	52	43%	46	Rendah
10	RF	93	78%	32	27%	61	Sangat Rendah
Total		978	82%	534	45%	444	Rendah

Penurunan kecanduan *game online* setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dapat diketahui bahwa memperoleh skor sebelum sebanyak 978 dengan hasil persentase 82% dengan kategori tinggi sedangkan skor sesudah sebanyak 534 dengan hasil persentase 45% dengan kategori rendah. Hasil sebelum dan sesudah dapat diperoleh penurunan sebanyak 37%.



Dapat dilihat pada gambar 4, menunjukkan setiap siswa yang pada awalnya memiliki kecanduan *game online* dalam kategori sangat tinggi dan tinggi, telah mampu mengurangi kecanduannya setelah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Berarti, layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan efektif.

4. Perbedaan Kecanduan Bermain *Game Online* Pada Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Adapun untuk menyatakan apakah terdapat perbedaan kecanduan bermain *game online* pada siswa setelah diberikan layanan konseling dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dapat dilihat pada tabel 4.10 dan tabel 4.11 di bawah:

Tabel 4.11
Kategorisasi Perbedaan Kecanduan *Game Online* Sebelum Dan
Sesudah Diberikan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Melalui
Konseling Kelompok

No	Nama Siswa	Sebelum	Sesudah	Keterangan Sebelum	Keterangan Sesudah
1	CAP	101	66	Sangat Tinggi	Sedang
2	FA	101	54	Sangat Tinggi	Rendah
3	AAN	94	54	Tinggi	Rendah
4	DF	101	32	Sangat Tinggi	Sangat Rendah
5	SA	102	71	Sangat Tinggi	Sedang
6	AS	101	74	Sangat Tinggi	Sedang
7	AF	91	44	Tinggi	Rendah
8	DB	96	55	Tinggi	Rendah
9	ZAK	98	52	Tinggi	Rendah
10	RF	93	32	Tinggi	Sangat Rendah

Tabel 4.12
Perbedaan Kecanduan *Game Online* Sebelum dan Sesudah Diberikan
Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Melalui Layanan Konseling
Kelompok

No	Kategori	Pre-test		Post-test	
		F	%	F	%
1	Sangat Tinggi	5	50%	0	0%
2	Tinggi	5	50%	0	0%
3	Sedang	0	0%	3	30%
4	Rendah	0	0%	5	50%
5	Sangat Rendah	0	0%	2	20%
Jumlah		10	100%	10	100%

Dalam kategori sangat tinggi, dapat dilihat frekuensi pada *pre-test* sebanyak 5 siswa manakala frekuensi untuk tinggi sebanyak 5 siswa dengan persentase 50%. Maka hasil jumlah frekuensinya sebanyak 10 siswa dengan persentase 100%.

Selanjutnya, frekuensi yang diperoleh untuk *post-test* untuk kategori sedang sebanyak 3 siswa dengan persentase 30% sementara frekuensi untuk kategori rendah sebagian besar siswa memperoleh sebanyak 5 siswa dengan persentase

50% sedangkan dalam kategori sangat rendah, frekuensi yang diperoleh sebanyak 2 siswa dengan persentase 100%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terdapat perbedaan kecanduan bermain *game online* pada siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

5. Pembahasan

Layanan bimbingan konseling dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* efektif dalam mengurangi kecanduan *game online* karena layanan ini merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan kepada anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk meningkatkan pemahaman individu tentang diri-sendiri dan hubungannya dengan orang lain serta pemecahan masalah yang dialami anggota kelompok. Layanan konseling kelompok yang kondusif memberikan kesempatan bagi siswa untuk terbuka menceritakan masalahnya secara bebas kepada anggota kelompoknya yang sama-sama memiliki masalah yang sama, memberikan ide, gagasan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat sehingga siswa dapat berlatih tentang perubahan tingkah laku yang lebih baik lagi dan bertanggungjawab atas pilihan pendapat yang ditentukan sendiri. Makanya itu pentingnya keterlibatan orang lain dalam mensukseskan program layanan konseling dalam memecahkan krisis perkembangan dan permasalahan mereka terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain agar

program layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk mengurangi kecanduan *game online* efektif.

Pendekatan *rational emotive behavior therapy* yang diterapkan dalam layanan konseling kelompok ini adalah pendekatan yang bertujuan untuk mengubah keyakinan irasional yang dimiliki klien (yang memberi dampak pada emosi dan perilaku) menjadi rasional. Hal ini karena siswa kecanduan *game online* memiliki pemikiran yang irrasional atau tidak rasional.

Chen dan Chang (2008:39) “Ada empat buah aspek kecanduan *online game*” yaitu:

1. *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus)

Merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *online game*.

2. *Withdrawal* (penarikan diri)

Merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduan *online game* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *online game*, seperti halnya seorang perokok yang tidak bisa lepas dari rokok.

3. *Tolerance* (toleransi)

Toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk

melakukan sesuatu yang dalam hal ini bermain *online game*. Kebanyakan pemain *online game* tidak akan berhenti bermain hingga merasa puas.

4. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

Merupakan persoalan-persoalan yang berkaitan dengan interaksi kita dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. Pecandu *game online* cenderung untuk tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena mereka hanya terfokus pada *game online* saja. Begitu pula dengan masalah kesehatan, para pecandu *game online* kurang memperhatikan masalah kesehatan mereka seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

Dalam upaya mengubah pemikiran dan perilaku yang irrasional siswa terhadap kecanduan *game online*, maka diberikan layanan konseling *rational emotive behavior therapy* yang berfokus penanganan kepada pemikiran individu tiap anggota kelompok. Hal ini karena perilaku yang bermasalah didasarkan pada cara berpikir yang tidak irrasional.

Kesadaran siswa terhadap dirinya sendiri bahwa mereka memiliki aspek-aspek kecanduan *game online* dapat mengubah perilaku mereka yang salah dan dapat memperbaiki pola pemikiran menjadi rasional. Tentunya, layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* efektif dalam mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan.

E. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak luput dari adanya hambatan atau keterbatasan. Hambatan dalam penelitian ini mungkin mempengaruhi hasil penelitian. Di antaranya adalah:

1. Penelitian ini kurang dapat digeneralisasikan pada jangkauan area yang lebih luas karena subyek yang digunakan dalam penelitian ini terbatas pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan saja.
2. Penelitian ini hanya mampu melihat perubahan sikap siswa saja terhadap kecanduan bermain *game online* dan hanya memaparkan hasil *pre-test* dan *post-test* subyek penelitian, tanpa adanya pendalaman pengamatan untuk melihat perubahan siswa secara mendalam.
3. Keterbatasan waktu yang peneliti miliki untuk melakukan riset lebih lanjut pada kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Gambaran kecanduan *game online* sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* masing-masing pada kategori sangat tinggi dan kategori tinggi memiliki frekuensi sebanyak 5 siswa dengan memperoleh persentase 50%.
2. Gambaran kecanduan *game online* sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk kategori sedang dengan frekuensi sebanyak 3 siswa memperoleh persentase 30% sedangkan sebagian besar berada pada kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 5 siswa memperoleh persentase 50% sementara pada kategori sangat rendah dengan frekuensi 2 siswa memperoleh 20%.
3. Penurunan kecanduan *game online* setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dapat diketahui bahwa memperoleh skor sebelum sebanyak 978 dengan hasil persentase 82% dengan kategori tinggi sedangkan skor sesudah sebanyak 534 dengan hasil persentase 45% dengan kategori rendah. Hasil sebelum dan sesudah dapat diperoleh penurunan sebanyak 37%.

Dapat diketahui bahwa terdapat penurunan kecanduan *game online* siswa sebelum dan sesudah melakukan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan.

4. Perbedaan kecanduan *game online* sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* diketahui bahwa sebelum (*pre-test*) kategori sangat tinggi dan kategori tinggi sama-sama memiliki frekuensi 5 siswa sebanyak 50%. Kemudian hasil dari sesudah (*post-test*) kategori sedang sebanyak 3 siswa sebanyak 30% sementara frekuensi untuk kategori rendah sebagian besar siswa memperoleh frekuensi 5 siswa sebanyak 50% sedangkan dalam kategori sangat rendah, frekuensi 2 siswa sebanyak 20%. Dengan hasil uji-t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi pada tingkat penurunan kecanduan *game online pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen menunjukkan asymp sig. (2-tailed) sebesar 0.000 maka sig. (2-tailed) < 0,05 atau sig. 0,000 < 0,05 jadi dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kecanduan *game online* sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* pada siswa kelas VIII SMP Imelda Medan.

B. Saran

1. Pihak sekolah hendaknya mengetahui tentang gejala perilaku gangguan kecanduan *game online* sebagai antisipasi dan agar bisa menindaklanjuti kasus dengan cepat dan tepat.
2. Guru bimbingan dan konseling dan guru bidang studi sebaiknya pemenuhan terhadap tuntutan perkembangan siswa memerlukan pengembangan individu yang serasi, selaras dan seimbang. Pengembangan kemanusiaan seutuhnya hendaknya mencapai pribadi-pribadi yang matang, dengan kemampuan sosial yang menyejukkan, kesusilaan yang tinggi dan keimanan serta ketakwaan yang dalam serta membentuk konselor sebaya atau *peer counseling*.
3. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk menambah jumlah subyek penelitian yang lebih banyak lagi agar dapat digeneralisasikan pada jangkauan area yang lebih luas lagi dan tidak terbatas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, E & Rollings, A. 2010. *Fundamentals of Game Design*. Barkeley CA: New Riders.
- Abu Bakar M. Luddin. 2012. *Konseling Individual dan Kelompok*. Bandung: Cipta Pustaka Media Printis.
- Agus Irianto. 2010. *Statistik Konsep Dasar & Aplikasinya*. Bandung: Kencana.
- Anas Sudijono. 2014. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Aqila Smart. 2010. *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*. Jogjakarta: A'Plus Books.
- Candra Zebeh Aji. 2012. *Berburu Rupiah Lewat Game Online*. Jakarta: Bouna Books.
- Chen & Chang. 2008. *An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Feature*. Asian Journal of Health and Information Sciences, Vol. 3, Nos. 1-4.
- Emzir. 2017. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Fitriatun Solikhah. 2016. *Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Anak Sekolah Dasar Di SD M Jumeneng, Sumberadi, Mlati, Sleman*. Jurnal Hisbah, Vol. 13, No 2.
- Gantina Komalasari. 2016. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Hardi Prasetiawan. 2016. *Upaya Mereduksi Kecanduan Game Online Melalui Layanan Konseling Kelompok*. Jurnal Fokus Konseling, Vol 2, No 2.
- Husein Umar. 2013. *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Iqbal Hasan. 2010. *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Kimberly Young. 2009. *Understanding Online Gaming Addiction and Treatment Issues for Adolescent*. The American Journal of Family Therapy, 37: 355-372.
- M. Edi Kurnanto. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Nick Yee. 2006. *Motivations for Play in Online Games*. Cyberpsychology & Behavior, Volume 9, Number 6.

- Prayitno & Erman Amti. 2015. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2017. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Taty Fauzi. 2018. *Pelaksanaan Pelayanan Konseling Kelompok*. Jakarta: Penerbit Tirasmart.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Nurul Hidayah
Tempat, Tanggal Lahir : Malaysia, 06 Mei 1995
Jenis Kelamin : Perempuan
Pendidikan : S1
Agama : Islam
Alamat : Jl Alfalah Raya No.36 Glugur Darat II
No Telp : 082361415010

PENDIDIKAN FORMAL

- Tamatan Sekolah Kebangsaan Olak Lempit – Malaysia Berijazah
- Tamatan Sekolah Rendah Agama Olak Lempit
- Malaysia Berijazah
- Tamatan Sekolah Agama Menengah Tinggi Tengku
Ampuan Rahimah – Malaysia Berijazah
- Tamatan Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Berijazah

Demikianlah Daftar Riwayat Hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dapat saya pertanggungjawabkan

Hormat Saya,

(Nurul Hidayah)

Tabulasi Hasil *Pre-Test*

No.	Nama Siswa	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	Presentase	Kategori	Kategori	Rentang	%
1	CAP	5	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	101	84	sangat tinggi	Sangat Tinggi	126	≥84
2	FA	5	3	4	4	3	3	2	2	4	5	4	4	4	4	2	1	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	101	84	sangat tinggi	Tinggi	102 - 125	65-83
3	AAN	4	5	4	4	3	3	3	2	3	3	5	3	4	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	3	4	2	3	2	94	78	tinggi	Sedang	79 - 101	46-64
4	DF	4	3	4	4	3	3	5	3	3	5	5	4	5	4	3	3	3	4	2	2	2	4	4	3	3	4	4	1	2	2	101	84	sangat tinggi	Rendah	55 - 78	27-45
5	SA	4	1	4	2	5	3	4	4	3	3	3	4	5	2	3	4	5	2	3	3	2	5	1	5	4	4	2	4	4	4	102	85	sangat tinggi	Sangat Rendah	54	≤26
6	AS	4	2	4	4	1	1	2	3	4	5	4	2	5	3	4	3	3	4	5	5	2	4	4	5	4	4	3	1	4	2	101	84	sangat tinggi			
7	AF	4	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	2	2	1	91	76	tinggi			
8	DB	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	1	3	4	3	4	3	4	3	2	3	1	3	1	4	3	4	4	96	80	tinggi			
9	ZAK	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	2	5	5	2	4	3	3	2	5	3	1	3	5	4	1	2	3	98	82	tinggi			
10	RF	4	3	4	3	4	5	3	2	5	4	3	2	3	5	3	3	2	4	2	3	3	2	5	3	2	2	4	3	1	1	93	78	tinggi			
	Jumlah	42	30	40	36	33	30	30	27	37	41	40	32	41	29	30	31	30	35	28	32	25	36	34	33	31	34	36	22	28	25		82	tinggi			
																															total	978					
																															mean	97,8					
																															kategori	tinggi					

Tabulasi Hasil *Post-Test*

No.	Nama Siswa	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	Presentase	Kategori		Kategori	Rentang	%
1	CAP	2	3	1	1	2	3	1	3	1	1	1	3	4	2	3	1	2	2	1	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	66	55	sedang		Sangat Tinggi	126	≥84
2	FA	4	2	3	4	1	1	2	1	2	3	3	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	54	45	rendah		Tinggi	102 - 125	65-83
3	AAN	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	3	3	1	1	2	3	2	2	4	1	1	2	1	1	2	54	45	rendah		Sedang	79 - 101	46-64
4	DF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	32	27	sangat rendah		Rendah	55 - 78	27-45
5	SA	4	1	2	4	3	2	4	4	2	2	2	1	3	1	4	4	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	4	4	4	71	59	sedang		Sangat Rendah	54	≤26
6	AS	4	1	3	4	1	1	2	3	2	3	3	1	3	2	2	1	2	2	4	4	2	3	3	4	2	2	2	1	4	3	74	62	sedang				
7	AF	1	1	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	4	44	37	rendah				
8	DB	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	3	2	2	1	2	1	1	3	2	4	55	46	rendah				
9	ZAK	1	1	2	1	3	1	3	2	1	2	2	1	1	1	2	4	1	1	3	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	3	52	43	rendah				
10	RF	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	32	27	sangat rendah				
	Jumlah	22	14	17	22	18	15	22	21	15	18	17	13	21	12	20	19	16	13	18	21	18	17	17	17	16	13	15	16	22	29		45	rendah				
																															Total	534						
																															Mean	53,4						
																															Kategori	rendah						

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| a. Satuan Pendidikan | : SMP Imelda Medan |
| b. Tahun Ajaran | : 2018-2019, Semester Genap |
| c. Sasaran Pelayanan | : Kelas VIII |
| d. Pelaksana | : Nurul Hidayah |
| e. Pihak Terkait | : Siswa |

B. WAKTU DAN TEMPAT

- | | |
|--------------------------------------|----------------------------|
| a. Tanggal | : 29 Juli 2019 |
| b. Jam Pembelajaran/Pelayanan | : Di Luar Jam Pembelajaran |
| c. Volume Waktu (JP) | : (1 x 40 Menit) |
| d. Spesifikasi Tempat Belajar | : Di Ruang Kelas VIII-B |

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema** : 1. Tema : “*Compulsion*”
2.Subtema: Solusi Untuk Menghentikan Dorongan Dari Dalam Diri Untuk Terus-Menerus Bermain *Game Online*
- b. Sumber Materi** : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online*” dan Jurnal “*An Exploration Of The Tendency To Online Game Addiction Due To User’s Liking Of Design Feature*”

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES** : Agar siswa dapat mengidentifikasi apa-apa saja dorongan yang berasal dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online* yang ada dalam dirinya dan faktor yang menyebabkan ia terjebak dalam masalah ini

- b. Penanganan KES-T** : Agar siswa dapat mengurangi dorongan dari dalam diri terhadap kecanduan *game online*

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. Kegiatan Pendukung**: Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. Media** : Teori Chen & Chang
- b. Perlengkapan** : Buku dan Alat Tulis

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Hal-hal yang perlu diketahui siswa mengenai apa-apa aja indikator dan faktor dia kecanduan *game online*
2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu mengidentifikasi indikator kecanduan *game online* yang ada pada dirinya
3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha mengungkapkan beberapa indikator dan faktor yang menyebabkan dia kecanduan *game online*
4. *Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
5. *Sungguh-sungguh* (S) : Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

- b. KES-T**, yaitu mencegah siswa dari terus-menerus bermain *game online*

- c. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa dalam mengidentifikasi masalah dari dirinya dan faktor yang menyebabkannya terdorong terhadap kecanduan *game online*.

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantaran (Tahap Pembentukan)

1. Membentuk kelompok
2. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok dalam mengikuti konseling kelompok
3. Mengajak anggota kelompok berdoa bersama.
4. Konselor mengemukakan definisi konseling kelompok dan pelaksanaan konseling kelompok beserta pengertian pendekatan *rational emotive behavior therapy*
5. Konselor menjelaskan tujuan dan azas-azas konseling yang harus dipatuhi oleh seluruh anggota kelompok.
6. Konselor mengajak anggota untuk perkenalan melalui permainan “rangkai nama dan hobi masing-masing dengan nyanyian” agar lebih santai mengikuti konseling kelompok

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap konseling kelompok dan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang seterusnya

c. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok mengajak setiap anggota kelompok untuk menyampaikan permasalahan yang dihadapi oleh mereka masing-masing yang mendorong mereka untuk terus-menerus bermain *game online (compulsion)* dengan terbuka

2. Kemudian pemimpin kelompok memilih masalah yang dikemukakan oleh setiap anggota kelompok secara berurutan dari kategori kecanduan yang paling tinggi hingga yang paling rendah.

d. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan

- a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
- b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta untuk menuliskan dorongan apa-apa saja yang mendorong mereka untuk terus-menerus bermain *game online* dan mengevaluasi diri untuk sedikit-sebanyak mengubah kecanduannya

2. Penilaian Hasil

- a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang dorongan kecanduan *game online* yang bisa mempengaruhinya dalam kehidupan (Unsur A)
- b. Merasa : Bagaimana siswa merasa dorongan yang ada dalam dirinya membuat ia terus-menerus bermain *game online*(Unsur R)
- c. Bersikap : Apa yang siswa hendak lakukan berkenaan dengan *compulsion* kecanduan *game online* yang membuatnya semakin kecandu (Unsur K dan U)
- d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa untuk mengurangi dorongan dalam dirinya untuk bermain *game online* (Unsur K dan U)
- e. Bertanggungjawab : Bagaimana ia bersungguh-sungguh dalam menghentikan dorongan kecanduan *game online* secara bertahap (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan.

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pertanyaan jika ada pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok berlangsung
- b. Menyepakati jadwal pertemuan berikutnya
- c. Ucapan terima kasih dan do'a penutup dan bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan

5. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 29 Agustus 2019

Mengetahui,

Guru Bimbingan Konseling

Calon Konselor,

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

(Nurul Hidayat)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- a. Satuan Pendidikan** : SMP Imelda Medan
- b. Tahun Ajaran** : 2018-2019, Semester Genap
- c. Sasaran Pelayanan** : Kelas VIII
- d. Pelaksana** : Nurul Hidayah
- e. Pihak Terkait** : Siswa

B. WAKTU DAN TEMPAT

- a. Tanggal** : 31 Juli 2019
- b. Jam Pembelajaran/Pelayanan** : Di Luar Jam Pembelajaran
- c. Volume Waktu (JP)** : (1 x 40 Menit)
- d. Spesifikasi Tempat Belajar** : Di Ruang Kelas VIII-C

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema** : 1. Tema : “*Withdrawal* (Penarikan Diri)”
2. Subtema : Pendekatan *REBT* dalam Mengubah
Withdrawal Siswa Agar Bisa Lepas
Dari Kecanduan *Game Online*
- b. Sumber Materi** : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online* & Jurnal “An Exploration Of The Tendency to Online Game Addiction Due To User’s Liking of Design Feature”

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES** :
 - 1. Agar siswa dapat mengetahui bahwa kecanduan *game online* yang mereka hadapi sekarang irrasional

- b. Penanganan KES-T** : Agar siswa dapat mengubah pola pemikiran dan perilaku kecanduan *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. Kegiatan Pendukung** : Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. Media** : *Handphone*
- b. Perlengkapan** : Pulpen dan Kertas

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Hal-hal yang perlu diketahui siswa tentang ketidakrasional pemikiran diri dalam *game online*
2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu membedakan pikiran yang rasional dan irrasional kecanduan *game online* melalui pendekatan *rational emotive behavior therapy*
3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha mengubah pemikiran irrasional tentang *game online* menjadi rasional
4. *Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*

5. *Sungguh-sungguh (S)*: Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
- b. **KES-T**, yaitu mencegah siswa dari mempunyai ciri-ciri kecanduan bermain *game online*
- c. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa untuk mengubah pemikiran dan perilaku dalam menangani masalah kecanduan *game online*.

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantar (Tahap Pembentukan)

1. Mengucapkan salam dan terima kasih kepada setiap anggota kelompok atas waktu dan kesediannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini.
2. Mengajak siswa(konseli) berdo'a untuk memulai kegiatan dengan penuh perhatian, semangat serta melakukan kegiatan BMB3 berkenaan dengan masalah yang sedang dialami
3. Menjelaskan pengertian, tujuan, serta azas-azas konseling kelompok yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang selanjutnya atau mengulang kembali kegiatan pertemuan pertama

c. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok menyadarkan kepada mereka bahwa upaya mereka untuk menarik diri dari suatu hal agar tetap bisa bermain *game online* yang mereka hadapi sekarang (*withdrawal*) adalah irasional dan tidak logis

2. Pemimpin kelompok memberi kesempatan kepada anggotanya untuk mengemukakan apa-apa saja yang mereka lakukan selama ini agar tetap bisa bermain *game online*

d. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan
 - a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
 - b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta agar mawas akan dari pemikiran dan perilaku irrasional kecanduan *game online*
2. Penilaian Hasil
 - a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang pemikirannya dan perilaku irrasional sehingga terjebak kecanduan *game online* (Unsur A)
 - b. Merasa : Bagaimana siswa merasa pikirannya yang irrasional dan tidak logis bisa mempengaruhinya untuk terjebak dalam kecanduan *game online* (Unsur R)
 - c. Bersikap : Bagaimana siswa mencari tahu pemikirannya dan perilaku yang tidak logis selama memiliki kecanduan *game online* pada dirinya (Unsur K dan U)
 - d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa untuk menghapus irrasionalnya dalam kecanduan *game online* pada dirinya dan cara mencegahnya (Unsur K dan U)
 - e. Bertanggungjawab : Bagaimana bersungguh-sungguh dalam menjaga diri dari tidak kembali irrasional dengan kecanduan *game online* (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan dibahas rencana kegiatan lanjutan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya
- b. Ucapan terima kasih dan do'a penutup
- c. Perpisahan sambil bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan

1. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 31 Juli 2019

Mengetahui,

Guru Bimbingan Konseling

Calon Konselor,

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

(Nurul Hidayah)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| a. Satuan Pendidikan | : SMP Imelda Medan |
| b. Tahun Ajaran | : 2018-2019, Semester Genap |
| c. Sasaran Pelayanan | : Kelas VIII |
| d. Pelaksana | : Nurul Hidayah |
| e. Pihak Terkait | : Siswa |

B. WAKTU DAN TEMPAT

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------|
| a. Tanggal | : 5 Agustus 2019 |
| b. Jam Pembelajaran/Pelayanan | : Waktu Istirahat |
| c. Volume Waktu (JP) | : (1 x 40 Menit) |
| d. Spesifikasi Tempat Belajar | : Di Ruang Kelas VIII-B |

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema** : 1. Tema : “ *Tolerance* (Toleransi)”
2. Subtema : Pendekatan REBT Dalam Mengubah Sikap Toleransi Menerima Keadaan Diri yang Kecanduan *Game Online*
- b. Sumber Materi** : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online*” dan Internet (<https://mvidio.com/watch/1636795-atasi-kecandua-game-online>)

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES** :
1. Agar siswa tau jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* adalah salah dan harus dikurangi

2. Agar siswa bisa memahami kepuasan bisa didapatkan dari hobi yang lain selain kepuasan bermain *game online*

b. Penanganan KES-T : Agar siswa dapat mengurangi keterbiasaannya menghabiskan waktunya untuk bermain *game online*

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. Kegiatan Pendukung** : Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. Media** : *Powerpoint*, Internet
- b. Perlengkapan** : LCD, Laptop, Speaker

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Hal-hal yang perlu diketahui siswa cara mengurangi toleransinya dalam kecanduan *game online*
2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu memecahkan masalah toleransi tidak wajarnya dalam bermain *game online*
3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha membuat jadwal bermain *game online* dan target yang akan mereka lakukan dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*
4. *Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*

5. *Sungguh-sungguh (S)*: Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

b. KES-T, yaitu mencegah siswa dari kecanduan bermain *game online*

c. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa dalam mencapai target yang telah ditentukannya untuk mengurangi kecanduan *game online*.

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantaran (Tahap Pembentukan)

1. Mengucapkan salam dan terima kasih, serta mengajak siswa(konseli) berdo'a agar diperlancarkan kegiatan pada pertemuan ketiga ini
2. Konselor menawarkan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa-apa saja tujuan dan azas-azas layanan dan pendekatan yang selama ini diikutinya

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap konseling kelompok dan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang seterusnya

b. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok mengajak setiap anggota kelompok untuk mengemukakan pendapat dan solusi untuk mengubah perilaku kecanduan bermain *game online* yang dihadapi
2. Pemimpin kelompok meminta setiap anggota kelompoknya untuk menyusun rencana serta menetapkan target perubahan yang harus dilakukan dengan jelas, spesifik dan dapat dicapai.

c. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan

- a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
- b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta untuk menyusun rencana dan menetapkan target perubahan untuk mengurangi kecanduan *game online*

2. Penilaian Hasil

- a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang solusi mengurangi kecanduan *game online* (Unsur A)
- b. Merasa : Bagaimana siswa merasa rencana dan target yang ia tetapkan bisa tercapai (Unsur R)
- c. Bersikap : Bagaimana siswa mengemukakan pendapat dan solusi untuk mengubah perilaku kecanduan *game online* (Unsur K dan U)
- d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa sebagai pemecahan masalah kecanduan *game online* (Unsur K dan U)
- e. Bertanggungjawab : Bagaimana bersungguh-sungguh dalam melaksanakan rencana dan target ia tetapkan (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan dibahas rencana kegiatan lanjutan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya
- b. Ucapan terima kasih dan do'a penutup
- c. Perpisahan sambil bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan

2. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 5 Agustus 2019

Diketahui,

Guru Bimbingan Konseling,

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

Calon Konselor,

(Nurul Hidayah)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- a. Satuan Pendidikan : SMP Imelda Medan
- b. Tahun Ajaran : 2018-2019, Semester Genap
- c. Sasaran Pelayanan : Kelas VIII
- d. Pelaksana : Nurul Hidayah
- e. Pihak Terkait : Siswa

B. WAKTU DAN TEMPAT

- a. Tanggal : 9 Agustus 2019
- b. Jam Pelayanan : Di Luar Jam Pembelajaran
- c. Volume Waktu (JP) : (1 x 40 Menit)
- d. Spesifikasi Tempat Belajar : Di Ruang Kelas VIII-C

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema : 1. Tema : “*Interpersonal and Health-related Problems*”
2. Subtema : “Pengembangan Filosofi Hidup Rasional
Game Online Dalam Menangani
Persoalan Yang Berkaitan dengan
Interaksi dan Masalah Kesehatan
- b. Sumber Materi : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online*” & Youtube (https://m.you.tube/MyVt_Y9Kx3o)

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES : Agar siswa dapat mengembangkan filosofi hidup yang rasional dalam *game online* sehingga dapat berinteraksi dengan orang lain dengan baik dan menjaga kesehatan.
- b. Penanganan KES-T : Agar siswa dapat mengurangi masalah ...
dengan orang lain dan masalah kesehatan.

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. **Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. **Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. **Kegiatan Pendukung** : Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. **Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. **Media** : Berita “Gangguan Jiwa Akibat Kecanduan *Mobile Game*”
- b. **Perlengkapan** : *Handphone*

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Siswa menyadari permasalahan interaksi dan masalah kesehatan apa saja yang timbul dari kecanduan *game online* yang sedang terjadi
 2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu mengambil iktibar dari fenomena kecanduan *game online* yang sedang viral untuk mengembangkan pikiran rasionalnya mengenai *game online*
 3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak kembali terpengaruh pada masalah kecanduan *game online*
- Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*
- Sungguh-sungguh* (S): Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

- b. KES-T**, yaitu mencegah siswa dari terpengaruh lagi dengan kecanduan *game online*
- c. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa untuk mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional mengenai *game online*

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantaran (Tahap Pembentukan)

1. Konselor mengucapkan salam dan terima kasih kepada setiap anggota kelompok untuk memulai kegiatan layanan konseling kelompok
2. Konselor mengajak siswa(konseli) berdo'a agar terselesaikannya masalah anggota kelompok dalam layanan konseling
3. Menawarkan kepada anggota kelompok untuk mendefinisikan pengertian konseling kelompok, menyebutkan satu per satu tujuan yang ingin dicapai serta azas-azas konseling kelompok yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap kegiatan konseling kelompok yang akan dijalankan
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang selanjutnya atau mengulang kembali kegiatan pertemuan sebelumnya

c. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok membantu anggota kelompoknya untuk terus-menerus mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak terpengaruh pada masalah kecanduan *game online* yang disebabkan oleh pemikiran irasional sehingga mengabaikan masalah hubungan interpersonal dan kesehatan.
2. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompoknya untuk membahas fenomena kecanduan *game online* yang terjadi pada saat ini atau yang sedang viral di negara ini.

d. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan

- a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
- b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta agar tidak terpengaruh dengan kecanduan *game online* dan bisa memanajemen waktunya dalam bermain *game online*.

2. Penilaian Hasil

- a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang cara mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak terpengaruh lagi pada masalah kecanduan *game online* (Unsur A)
- b. Merasa : Bagaimana siswa merasa fenomena viral kasus kecanduan *game online* bisa memberi iktibar dan pengajaran kepadanya untuk masalah interpersonal dan kesehatan (Unsur R)
- c. Bersikap : Bagaimana siswa bersikap dalam mengembangkan filosofi hidup rasionalnya dalam *game online* (Unsur K dan U)
- d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa untuk mengembangkan pikiran rasional dan mengembangkan filosofi hidup yang rasional dalam *game online* (Unsur K dan U)
- e. Bertanggungjawab : Bagaimana siswa bersungguh-sungguh dalam mengembangkan pikiran rasionalnya terhadap *game online* dan memecahkan masalah hubungan interpersonal dan kesehatan karna (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan dibahas rencana kegiatan lanjutan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya
 - b. Ucapan terima kasih dan do'a penutup
 - c. Perpisahan sambil bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan
1. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 9 Agustus 2019

Diketahui,

Guru Bimbingan Konseling

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

Calon Konselor

(Nurul Hidayah)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| a. Satuan Pendidikan | : SMP Imelda Medan |
| b. Tahun Ajaran | : 2018-2019, Semester Genap |
| c. Sasaran Pelayanan | : Kelas VIII |
| d. Pelaksana | : Nurul Hidayah |
| e. Pihak Terkait | : Siswa |

B. WAKTU DAN TEMPAT

- | | |
|--------------------------------------|----------------------------|
| a. Tanggal | : 29 Juli 2019 |
| b. Jam Pembelajaran/Pelayanan | : Di Luar Jam Pembelajaran |
| c. Volume Waktu (JP) | : (1 x 40 Menit) |
| d. Spesifikasi Tempat Belajar | : Di Ruang Kelas VIII-B |

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema** : 1. Tema : “*Compulsion*”
2.Subtema: Solusi Untuk Menghentikan Dorongan Dari Dalam Diri Untuk Terus-Menerus Bermain *Game Online*
- b. Sumber Materi** : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online*” dan Jurnal “*An Exploration Of The Tendency To Online Game Addiction Due To User’s Liking Of Design Feature*”

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES** : Agar siswa dapat mengidentifikasi apa-apa saja dorongan yang berasal dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online* yang ada dalam dirinya dan faktor yang menyebabkan ia terjebak dalam masalah ini

- b. Penanganan KES-T** : Agar siswa dapat mengurangi dorongan dari dalam diri terhadap kecanduan *game online*

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. Kegiatan Pendukung**: Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. Media** : Teori Chen & Chang
- b. Perlengkapan** : Buku dan Alat Tulis

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Hal-hal yang perlu diketahui siswa mengenai apa-apa aja indikator dan faktor dia kecanduan *game online*
2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu mengidentifikasi indikator kecanduan *game online* yang ada pada dirinya
3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha mengungkapkan beberapa indikator dan faktor yang menyebabkan dia kecanduan *game online*
4. *Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
5. *Sungguh-sungguh* (S) : Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

- b. KES-T**, yaitu mencegah siswa dari terus-menerus bermain *game online*

- c. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa dalam mengidentifikasi masalah dari dirinya dan faktor yang menyebabkannya terdorong terhadap kecanduan *game online*.

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantaran (Tahap Pembentukan)

1. Membentuk kelompok
2. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok dalam mengikuti konseling kelompok
3. Mengajak anggota kelompok berdoa bersama.
4. Konselor mengemukakan definisi konseling kelompok dan pelaksanaan konseling kelompok beserta pengertian pendekatan *rational emotive behavior therapy*
5. Konselor menjelaskan tujuan dan azas-azas konseling yang harus dipatuhi oleh seluruh anggota kelompok.
6. Konselor mengajak anggota untuk perkenalan melalui permainan “rangkai nama dan hobi masing-masing dengan nyanyian” agar lebih santai mengikuti konseling kelompok

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap konseling kelompok dan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang seterusnya

c. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok mengajak setiap anggota kelompok untuk menyampaikan permasalahan yang dihadapi oleh mereka masing-masing yang mendorong mereka untuk terus-menerus bermain *game online (compulsion)* dengan terbuka

2. Kemudian pemimpin kelompok memilih masalah yang dikemukakan oleh setiap anggota kelompok secara berurutan dari kategori kecanduan yang paling tinggi hingga yang paling rendah.

d. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan

- a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
- b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta untuk menuliskan dorongan apa-apa saja yang mendorong mereka untuk terus-menerus bermain *game online* dan mengevaluasi diri untuk sedikit-sebanyak mengubah kecanduannya

2. Penilaian Hasil

- a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang dorongan kecanduan *game online* yang bisa mempengaruhinya dalam kehidupan (Unsur A)
- b. Merasa : Bagaimana siswa merasa dorongan yang ada dalam dirinya membuat ia terus-menerus bermain *game online*(Unsur R)
- c. Bersikap : Apa yang siswa hendak lakukan berkenaan dengan *compulsion* kecanduan *game online* yang membuatnya semakin kecandu (Unsur K dan U)
- d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa untuk mengurangi dorongan dalam dirinya untuk bermain *game online* (Unsur K dan U)
- e. Bertanggungjawab : Bagaimana ia bersungguh-sungguh dalam menghentikan dorongan kecanduan *game online* secara bertahap (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan.

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pertanyaan jika ada pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok berlangsung
- b. Menyepakati jadwal pertemuan berikutnya
- c. Ucapan terima kasih dan do'a penutup dan bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan

5. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 29 Agustus 2019

Mengetahui,

Guru Bimbingan Konseling

Calon Konselor,

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

(Nurul Hidayat)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- a. Satuan Pendidikan** : SMP Imelda Medan
- b. Tahun Ajaran** : 2018-2019, Semester Genap
- c. Sasaran Pelayanan** : Kelas VIII
- d. Pelaksana** : Nurul Hidayah
- e. Pihak Terkait** : Siswa

B. WAKTU DAN TEMPAT

- a. Tanggal** : 31 Juli 2019
- b. Jam Pembelajaran/Pelayanan** : Di Luar Jam Pembelajaran
- c. Volume Waktu (JP)** : (1 x 40 Menit)
- d. Spesifikasi Tempat Belajar** : Di Ruang Kelas VIII-C

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema** : 1. Tema : “*Withdrawal* (Penarikan Diri)”
2. Subtema : Pendekatan *REBT* dalam Mengubah
Withdrawal Siswa Agar Bisa Lepas
Dari Kecanduan *Game Online*
- b. Sumber Materi** : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online* & Jurnal “An Exploration Of The Tendency to Online Game Addiction Due To User’s Liking of Design Feature”

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES** :
 - 1. Agar siswa dapat mengetahui bahwa kecanduan *game online* yang mereka hadapi sekarang irrasional

- b. Penanganan KES-T** : Agar siswa dapat mengubah pola pemikiran dan perilaku kecanduan *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. Kegiatan Pendukung** : Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. Media** : *Handphone*
- b. Perlengkapan** : Pulpen dan Kertas

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Hal-hal yang perlu diketahui siswa tentang ketidakrasional pemikiran diri dalam *game online*
2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu membedakan pikiran yang rasional dan irrasional kecanduan *game online* melalui pendekatan *rational emotive behavior therapy*
3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha mengubah pemikiran irrasional tentang *game online* menjadi rasional
4. *Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*

5. *Sungguh-sungguh (S)*: Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
- b. **KES-T**, yaitu mencegah siswa dari mempunyai ciri-ciri kecanduan bermain *game online*
- c. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa untuk mengubah pemikiran dan perilaku dalam menangani masalah kecanduan *game online*.

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantar (Tahap Pembentukan)

1. Mengucapkan salam dan terima kasih kepada setiap anggota kelompok atas waktu dan kesediannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini.
2. Mengajak siswa(konseli) berdo'a untuk memulai kegiatan dengan penuh perhatian, semangat serta melakukan kegiatan BMB3 berkenaan dengan masalah yang sedang dialami
3. Menjelaskan pengertian, tujuan, serta azas-azas konseling kelompok yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang selanjutnya atau mengulang kembali kegiatan pertemuan pertama

c. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok menyadarkan kepada mereka bahwa upaya mereka untuk menarik diri dari suatu hal agar tetap bisa bermain *game online* yang mereka hadapi sekarang (*withdrawal*) adalah irasional dan tidak logis

2. Pemimpin kelompok memberi kesempatan kepada anggotanya untuk mengemukakan apa-apa saja yang mereka lakukan selama ini agar tetap bisa bermain *game online*

d. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan
 - a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
 - b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta agar mawas akan dari pemikiran dan perilaku irrasional kecanduan *game online*
2. Penilaian Hasil
 - a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang pemikirannya dan perilaku irrasional sehingga terjebak kecanduan *game online* (Unsur A)
 - b. Merasa : Bagaimana siswa merasa pikirannya yang irrasional dan tidak logis bisa mempengaruhinya untuk terjebak dalam kecanduan *game online* (Unsur R)
 - c. Bersikap : Bagaimana siswa mencari tahu pemikirannya dan perilaku yang tidak logis selama memiliki kecanduan *game online* pada dirinya (Unsur K dan U)
 - d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa untuk menghapus irrasionalnya dalam kecanduan *game online* pada dirinya dan cara mencegahnya (Unsur K dan U)
 - e. Bertanggungjawab : Bagaimana bersungguh-sungguh dalam menjaga diri dari tidak kembali irrasional dengan kecanduan *game online* (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan dibahas rencana kegiatan lanjutan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya
 - b. Ucapan terima kasih dan do'a penutup
 - c. Perpisahan sambil bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan
1. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 31 Juli 2019

Mengetahui,

Guru Bimbingan Konseling

Calon Konselor,

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

(Nurul Hidayah)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| a. Satuan Pendidikan | : SMP Imelda Medan |
| b. Tahun Ajaran | : 2018-2019, Semester Genap |
| c. Sasaran Pelayanan | : Kelas VIII |
| d. Pelaksana | : Nurul Hidayah |
| e. Pihak Terkait | : Siswa |

B. WAKTU DAN TEMPAT

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------|
| a. Tanggal | : 5 Agustus 2019 |
| b. Jam Pembelajaran/Pelayanan | : Waktu Istirahat |
| c. Volume Waktu (JP) | : (1 x 40 Menit) |
| d. Spesifikasi Tempat Belajar | : Di Ruang Kelas VIII-B |

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema** : 1. Tema : “ *Tolerance* (Toleransi)”
2. Subtema : Pendekatan REBT Dalam Mengubah Sikap Toleransi Menerima Keadaan Diri yang Kecanduan *Game Online*
- b. Sumber Materi** : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online*” dan Internet (<https://mvidio.com/watch/1636795-atasi-kecandua-game-online>)

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES** :
1. Agar siswa tau jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* adalah salah dan harus dikurangi

2. Agar siswa bisa memahami kepuasan bisa didapatkan dari hobi yang lain selain kepuasan bermain *game online*

b. Penanganan KES-T : Agar siswa dapat mengurangi keterbiasaannya menghabiskan waktunya untuk bermain *game online*

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. Kegiatan Pendukung** : Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. Media** : *Powerpoint*, Internet
- b. Perlengkapan** : LCD, Laptop, Speaker

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Hal-hal yang perlu diketahui siswa cara mengurangi toleransinya dalam kecanduan *game online*
2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu memecahkan masalah toleransi tidak wajarnya dalam bermain *game online*
3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha membuat jadwal bermain *game online* dan target yang akan mereka lakukan dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*
4. *Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*

5. *Sungguh-sungguh (S)*: Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

b. KES-T, yaitu mencegah siswa dari kecanduan bermain *game online*

c. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa dalam mencapai target yang telah ditentukannya untuk mengurangi kecanduan *game online*.

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantaran (Tahap Pembentukan)

1. Mengucapkan salam dan terima kasih, serta mengajak siswa(konseli) berdo'a agar diperlancarkan kegiatan pada pertemuan ketiga ini
2. Konselor menawarkan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa-apa saja tujuan dan azas-azas layanan dan pendekatan yang selama ini diikutinya

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap konseling kelompok dan pendekatan *rational emotive behavior therapy*
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang seterusnya

b. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok mengajak setiap anggota kelompok untuk mengemukakan pendapat dan solusi untuk mengubah perilaku kecanduan bermain *game online* yang dihadapi
2. Pemimpin kelompok meminta setiap anggota kelompoknya untuk menyusun rencana serta menetapkan target perubahan yang harus dilakukan dengan jelas, spesifik dan dapat dicapai.

c. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan

- a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
- b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta untuk menyusun rencana dan menetapkan target perubahan untuk mengurangi kecanduan *game online*

2. Penilaian Hasil

- a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang solusi mengurangi kecanduan *game online* (Unsur A)
- b. Merasa : Bagaimana siswa merasa rencana dan target yang ia tetapkan bisa tercapai (Unsur R)
- c. Bersikap : Bagaimana siswa mengemukakan pendapat dan solusi untuk mengubah perilaku kecanduan *game online* (Unsur K dan U)
- d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa sebagai pemecahan masalah kecanduan *game online* (Unsur K dan U)
- e. Bertanggungjawab : Bagaimana bersungguh-sungguh dalam melaksanakan rencana dan target ia tetapkan (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan dibahas rencana kegiatan lanjutan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya
- b. Ucapan terima kasih dan do'a penutup
- c. Perpisahan sambil bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan

2. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 5 Agustus 2019

Diketahui,

Guru Bimbingan Konseling,

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

Calon Konselor,

(Nurul Hidayah)

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING 2018/2019**

A. IDENTITAS

- a. Satuan Pendidikan : SMP Imelda Medan
- b. Tahun Ajaran : 2018-2019, Semester Genap
- c. Sasaran Pelayanan : Kelas VIII
- d. Pelaksana : Nurul Hidayah
- e. Pihak Terkait : Siswa

B. WAKTU DAN TEMPAT

- a. Tanggal : 9 Agustus 2019
- b. Jam Pelayanan : Di Luar Jam Pembelajaran
- c. Volume Waktu (JP) : (1 x 40 Menit)
- d. Spesifikasi Tempat Belajar : Di Ruang Kelas VIII-C

C. MATERI PEMBELAJARAN

- a. Tema/Subtema : 1. Tema : “*Interpersonal and Health-related Problems*”
2. Subtema : “Pengembangan Filosofi Hidup Rasional
Game Online Dalam Menangani
Persoalan Yang Berkaitan dengan
Interaksi dan Masalah Kesehatan
- b. Sumber Materi : Buku “Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan *Game Online*” & Youtube (https://m.you.tube/MyVt_Y9Kx3o)

D. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- a. Pengembangan KES : Agar siswa dapat mengembangkan filosofi hidup yang rasional dalam *game online* sehingga dapat berinteraksi dengan orang lain dengan baik dan menjaga kesehatan.
- b. Penanganan KES-T : Agar siswa dapat mengurangi masalah ...
dengan orang lain dan masalah kesehatan.

E. METODE DAN TEKNIK DASAR

- a. **Jenis Layanan** : Konseling Kelompok
- b. **Bidang Bimbingan** : Pribadi Sosial
- c. **Kegiatan Pendukung** : Aplikasi Instrumentasi (Angket)
- d. **Pendekatan Khusus** : *Rational Emotive Behavior Therapy*

F. SARANA

- a. **Media** : Berita “Gangguan Jiwa Akibat Kecanduan *Mobile Game*”
- b. **Perlengkapan** : *Handphone*

G. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

a. KES

1. *Acuan* (A) : Siswa menyadari permasalahan interaksi dan masalah kesehatan apa saja yang timbul dari kecanduan *game online* yang sedang terjadi
 2. *Kompetensi* (K) : Siswa mampu mengambil iktibar dari fenomena kecanduan *game online* yang sedang viral untuk mengembangkan pikiran rasionalnya mengenai *game online*
 3. *Usaha* (U) : Siswa berusaha mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak kembali terpengaruh pada masalah kecanduan *game online*
- Rasa* (R) : Siswa senang mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*
- Sungguh-sungguh* (S): Siswa bersungguh-sungguh mengikuti layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*

- b. KES-T**, yaitu mencegah siswa dari terpengaruh lagi dengan kecanduan *game online*
- c. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** : Memohon ridho Allah SWT untuk suksesnya siswa untuk mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional mengenai *game online*

H. LANGKAH KEGIATAN

a. Langkah Pengantaran (Tahap Pembentukan)

1. Konselor mengucapkan salam dan terima kasih kepada setiap anggota kelompok untuk memulai kegiatan layanan konseling kelompok
2. Konselor mengajak siswa(konseli) berdo'a agar terselesaikannya masalah anggota kelompok dalam layanan konseling
3. Menawarkan kepada anggota kelompok untuk mendefinisikan pengertian konseling kelompok, menyebutkan satu per satu tujuan yang ingin dicapai serta azas-azas konseling kelompok yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok

b. Langkah Penjajakan (Tahap Peralihan)

1. Konselor menjelaskan tahap kegiatan konseling kelompok yang akan dijalankan
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti langkah yang selanjutnya atau mengulang kembali kegiatan pertemuan sebelumnya

c. Langkah Pembinaan (Tahap Kegiatan)

1. Pemimpin kelompok membantu anggota kelompoknya untuk terus-menerus mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak terpengaruh pada masalah kecanduan *game online* yang disebabkan oleh pemikiran irasional sehingga mengabaikan masalah hubungan interpersonal dan kesehatan.
2. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompoknya untuk membahas fenomena kecanduan *game online* yang terjadi pada saat ini atau yang sedang viral di negara ini.

d. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut (Tahap Pengakhiran)

1. Kesimpulan

- a. Anggota kelompok dibimbing untuk mengambil kesimpulan atas pembicaraan yang telah dilakukan
- b. Berdasarkan kesimpulan tersebut, siswa diminta agar tidak terpengaruh dengan kecanduan *game online* dan bisa memanajemen waktunya dalam bermain *game online*.

2. Penilaian Hasil

- a. Berfikir : Bagaimana siswa berpikir tentang cara mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak terpengaruh lagi pada masalah kecanduan *game online* (Unsur A)
- b. Merasa : Bagaimana siswa merasa fenomena viral kasus kecanduan *game online* bisa memberi iktibar dan pengajaran kepadanya untuk masalah interpersonal dan kesehatan (Unsur R)
- c. Bersikap : Bagaimana siswa bersikap dalam mengembangkan filosofi hidup rasionalnya dalam *game online* (Unsur K dan U)
- d. Bertindak : Apa yang dilakukan siswa untuk mengembangkan pikiran rasional dan mengembangkan filosofi hidup yang rasional dalam *game online* (Unsur K dan U)
- e. Bertanggungjawab : Bagaimana siswa bersungguh-sungguh dalam mengembangkan pikiran rasionalnya terhadap *game online* dan memecahkan masalah hubungan interpersonal dan kesehatan karna (Unsur U dan S)

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektivitas pelayanan yang telah diselenggarakan

Penutupan

- a. Dijelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan dibahas rencana kegiatan lanjutan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya
 - b. Ucapan terima kasih dan do'a penutup
 - c. Perpisahan sambil bersalaman sambil menyanyikan lagu perpisahan
1. LAPERPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan layanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPERPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, 9 Agustus 2019

Diketahui,

Guru Bimbingan Konseling

(Rizky Zulpiany HSB, S.Pd)

Calon Konselor

(Nurul Hidayah)

**LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM PELAYANAN KONSELING
LAYANAN KONSELING DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE***

SEKOLAH : SMP Imelda Medan
KELAS : VIII

PERTEMUAN : I dan II
CALON KONSELOR : Nurul Hidayah

No	Tanggal Kegiatan	Sasaran Kegiatan	Materi Kegiatan	Kegiatan Pelayanan	Evaluasi		Analisis	Tindak Lanjut
					Hasil	Proses		
1	29 Juli 2019	CAP,FA, AAN DF, SA,AS,AF DB,ZAK,RF	Tema: Compulsion Subtema : Solusi Untuk Menghentikan Dorongan Dari Dalam Diri Untuk Terus Menerus-	Aplikasi Instrumen (Angket)	Laiseg : Siswa dapat memahami apa- apa saja dorongannya untuk terus bermain <i>game online</i> Laijapen: Siswa menulis kelakuan yang telah mendorong ia bermain <i>game online</i> Laijapang: Permasalahan siswa mulai terungkap	Siswa mulai terbuka untuk mengungkapkan permasalahannya semasa kegiatan layanan konseling kelompok walaupun pada awalnya anggota kelompok terlihat masih acuh dan pasif		Tindak lanjut untuk permasalahan kecanduan <i>game online</i> dilanjutkan lagi pada pertemuan ke- II.
2	31 Juli	CAP,FA, AAN	Tema :	Aplikasi	Laiseg:	Sebagian siswa		Tindak lanjut

	2019	DF, SA,AS,AF DB,ZAK,RF	<i>Withdrawal</i> (Penarikan Diri)” Subtema : Pendekatan <i>REBT</i> dalam Mengubah <i>Withdrawal</i> Siswa Agar Bisa Lepas Dari Kecanduan <i>Game Online</i>	Instrumen (Angket)	Siswa sadar prilakunya selama bermain <i>game online</i> adalah salah Laijapen: Siswa bisa membedakan pikiran yang rasional dan irrasional kecanduan <i>game online</i> melalui pendekatan <i>rational emotive behavior therapy</i> Laijapang: Siswa mampu mengubah pemikiran irrasional tentang <i>game online</i> menjadi rasional	mulai berani mengemukakan pendapatnya dan terlihat akrab dengan kegiatan layanan konseling		untuk permasalahan kecanduan <i>game online</i> dilanjutkan lagi pada pertemuan ke- III
--	------	---------------------------	---	-----------------------	--	--	--	--

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM PELAYANAN KONSELING

LAYANAN KONSELING DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE*

SEKOLAH : SMP Imelda Medan
KELAS : VIII

PERTEMUAN : III dan IV
CALON KONSELOR : Nurul Hidayah

No	Tanggal Kegiatan	Sasaran Kegiatan	Materi Kegiatan	Kegiatan Pelayanan	Evaluasi		Analisis	Tindak Lanjut
					Hasil	Proses		
1	05 Agustus 2019	CAP,FA, AAN DF, SA,AS,AF DB,ZAK,RF	Tema : “<i>Tolerance</i>” (Toleransi) Subtema : Pendekatan REBT Dalam Mengubah Sikap Toleransi Menerima Keadaan Diri yang Kecanduan <i>Game Online</i>	Aplikasi Instrumen (Angket)	Laiseg : Siswa memahami kepuasan bisa didapatkan dari hobi yang lain selain kepuasan bermain <i>game online</i> Laijapen: Siswa mampu memecahkan masalah toleransi tidak wajarnya dalam bermain <i>game online</i> Laijapang: Siswa mengikuti dan mematuhi jadwal bermain <i>game online</i> dan target yang telah	Kebanyakan siswa sudah berani mengemukakan pendapatnya atau bertanya kepada pemimpin kelompok		Tindak lanjut untuk permasalahan kecanduan <i>game online</i> dilanjutkan lagi pada pertemuan ke-III

					mereka rencanakan dalam mengurangi kecanduan bermain <i>game</i> <i>online</i>			
2	09 Agustus 2019	CAP,FA, AAN DF, SA,AS,AF DB,ZAK,RF	Tema : “<i>Interpersonal and Health-related Problems</i>” Subtema : “Pengembangan Filosofi Hidup Rasional <i>Game</i> <i>Online</i> Dalam Menangani Persoalan Yang Berkaitan dengan Interaksi dan Masalah Kesehatan	Aplikasi Instrumen (Angket)	Laiseq: Siswa menyadari permasalahan interaksi dan masalah kesehatan apa saja yang timbul dari kecanduan <i>game online</i> Laijapen: Siswa mampu Mengambil iktibar jika mengabaikan kesehatan dan tidak berinteraksi dengan orang lain karna <i>game</i> <i>online</i> Laijapang: Siswa mampu	Setiap anggota kelompok menyuarakan pendapat mereka masing-masing dan aktif dalam kegiatan layanan konseling kelompok yang dilaksanakan		Tidak ada lagi tindak lanjut selanjutnya karna siswa sudah menurun kecanduan <i>game online</i> .

					mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga tidak kembali terpengaruh pada masalah kecanduan <i>game online</i>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Medan, Agustus 2019

Guru BK,

(Rizky Zulpiany Hsb, S.Pd)

ANGKET BERMAIN *GAME ONLINE* (Sebelum Uji Validitas Ahli)

A. Identitas Responden

Nama : _____ (boleh inisial)
Jenis Kelamin : _____ L/P
Kelas : _____
Game yang dimainkan : _____
Lama bermain *game* : _____

B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan teliti
2. Jawablah semua pertanyaan sesuai dengan keadaan diri sendiri dengan memberikan tanda cek (√) pada jawaban yang anda pilih
3. Setiap pertanyaan dalam angket ini ada 5 pilihan jawaban

SS : Sangat Sering
S : Sering
R : Ragu-ragu
KK : Kadang-kadang
TP : Tidak Pernah

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	R	KK	TP
1	Saya bolos sekolah untuk bermain <i>game online</i>				√	

Berdasarkan contoh tersebut, anda memberikan tanda cek (√) pada kolom KK (Kadang-kadang) pada pernyataan 1 yang berarti anda kadang-kadang bolos sekolah untuk bermain *game online*.

Angket Kecanduan *Game Online*

No	PERNYATAAN	SS	S	R	KK	TP
1	Saya bolos sekolah untuk bermain <i>game online</i>					
2	Saya melanggar peraturan sekolah dengan membawa <i>handphone</i> ke sekolah untuk bisa bermain <i>game online</i>					
3	Saya berbohong kepada orang tua supaya bisa mendapatkan uang untuk bermain <i>game online</i>					
4	Saya rela berjam-jam di warnet hanya untuk bermain <i>game online</i>					
5	Saya bermain <i>game online</i> untuk melampiaskan rasa amarah kepada seseorang					
6	Saya segera membeli paket internet yang baru untuk bisa bermain <i>game online</i> di <i>handphone</i>					
7	Saya memiliki keterampilan yang baik dalam bermain <i>game online</i>					
8	Saya bermain <i>game online</i> untuk melupakan masalah yang saya miliki					
9	Saya memilih bermain <i>game online</i> di rumah daripada mengerjakan PR					
10	Saya tidak mau membantu orang tua di rumah karena sibuk bermain <i>game online</i>					
11	Saya sulit berkonsentrasi dalam kelas karena sering mengingat <i>game online</i>					
12	Saya gelisah ketika tidak bermain <i>game online</i>					

13	Hidup saya akan terasa hampa ketika tidak bermain <i>game online</i>					
14	Melawan kata orang tua apabila ditegur untuk berhenti bermain <i>game online</i>					
15	Saya tidak bisa bermain <i>game online</i> hanya untuk 1 jam saja					
16	Pengetahuan dalam bermain <i>game online</i> semakin meningkat					
17	Kecekapan semakin bertambah dalam mengendalikan aktivitas yang <i>multitasking</i> dalam dunia <i>game online</i>					
18	Intensitas waktu bermain <i>game online</i> saya meningkat dari waktu ke waktu					
19	Setiap bangun pagi hal yang pertama kali saya terpikirkan adalah <i>game online</i>					
20	Dapat memanfaatkan waktu yang terluang dengan bermain <i>game online</i>					
21	Saya mencoba menghiburkan diri dengan bermain <i>game online</i>					
22	Saya terbiasa bersikap sportif dalam setiap pertandingan karena kalah menang adalah hal biasa dalam bermain <i>game online</i>					
23	Saya terbiasa cepat mengambil keputusan penting ketika dihadapkan dengan suatu pilihan dalam dunia <i>game online</i>					
24	Saya kurang tidur karena bermain <i>game online</i>					

25	Saya jarang berkomunikasi dengan anggota keluarga karena bermain <i>game online</i>					
26	Mata saya menjadi minus karena sibuk bermain <i>game online</i>					
27	Saya sering menahan buang air kecil ketika bermain <i>game online</i>					
28	Saya terlambat makan karena sibuk bermain <i>game online</i>					
29	Sering berantem sama sama pacar karena mengabaikan dia ketika bermain <i>game online</i>					
30	Deria pendengaran semakin tajam ketika bermain <i>game online</i> misalnya PUBG					
31	Dalam dunia <i>game online</i> , Saya terbiasa belajar bekerjasama dengan tim dari bermain <i>game online</i>					
32	Saya bertemu banyak orang di dunia <i>game online</i> yang berbeda latar belakang, suku, budaya, dan bahasa					

ANGKET BERMAIN *GAME ONLINE* (Sesudah Uji Validitas Ahli)

C. Identitas Responden

Nama : _____ (boleh inisial)
Jenis Kelamin : _____ L/P
Kelas : _____
Game yang dimainkan : _____
Lama bermain *game* : _____

D. Petunjuk Pengisian

- Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan teliti
- Jawablah semua pertanyaan sesuai dengan keadaan diri sendiri dengan memberikan tanda cek (✓) pada jawaban yang anda pilih
- Setiap pertanyaan dalam angket ini ada 5 pilihan jawaban

SS : Sangat Sering
S : Sering
R : Ragu-ragu
KK : Kadang-kadang
TP : Tidak Pernah

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	R	KK	TP
1	Saya bolos sekolah untuk bermain <i>game online</i>				✓	

Berdasarkan contoh tersebut, anda memberikan tanda cek (✓) pada kolom KK (Kadang-kadang) pada pernyataan 1 yang berarti anda kadang-kadang bolos sekolah untuk bermain *game online*.

No	PERNYATAAN	SS	S	R	KK	TP
1	Saya bolos sekolah untuk bermain <i>game online</i>					
2	Saya membawa <i>handphone</i> ke sekolah untuk bisa bermain <i>game online</i>					
3	Saya berbohong kepada orang tua supaya bisa mendapatkan uang untuk bermain <i>game online</i>					
4	Saya rela berjam-jam di warnet hanya untuk bermain <i>game online</i>					
5	Saya bermain <i>game online</i> untuk melampiaskan rasa amarah kepada seseorang					
6	Saya segera membeli paket internet yang baru untuk bisa bermain <i>game online</i> di <i>handphone</i>					
7	Saya memiliki keterampilan yang baik dalam bermain <i>game online</i>					
8	Saya bermain <i>game online</i> untuk melupakan masalah yang saya miliki					
9	Saya memilih bermain <i>game online</i> di rumah daripada mengerjakan PR					
10	Saya tidak mau membantu orang tua di rumah karena sibuk bermain <i>game online</i>					
11	Saya sulit berkonsentrasi dalam kelas karena sering mengingat <i>game online</i>					
12	Saya gelisah ketika tidak bermain <i>game online</i>					
13	Saya melawan orang tua ketika ditegur untuk berhenti bermain <i>game online</i>					

14	Saya tidak bisa bermain <i>game online</i> hanya 1 jam saja					
15	Pengetahuan saya dalam bermain <i>game online</i> semakin meningkat					
16	Saya bisa memainkan lebih dari satu <i>game online</i> yang ada di <i>handphone</i>					
17	Intensitas waktu saya bermain <i>game online</i> meningkat dari waktu ke waktu					
18	Setiap bangun pagi hal yang pertama kali saya lakukan adalah melihat <i>handphone</i> dan bermain <i>game online</i>					
19	Saya dapat memanfaatkan waktu luang dengan bermain <i>game online</i>					
20	Saya bersikap sportif dalam setiap pertandingan <i>game online</i>					
21	Saya cepat mengambil keputusan penting ketika dihadapkan dengan suatu pilihan di dalam <i>game online</i>					
22	Saya kurang tidur karena bermain <i>game online</i>					
23	Saya jarang berkomunikasi dengan anggota keluarga karena bermain <i>game online</i>					
24	Mata saya menjadi <i>minus</i> karena terlalu lama bermain <i>game online</i>					
25	Saya terlambat makan karena sibuk bermain <i>game online</i>					

26	Saya sering menahan buang air kecil ketika bermain <i>game online</i>					
27	Saya sering bertengkar sama pacar karena diabaikan ketika bermain <i>game online</i>					
28	Indra pendengaran saya semakin tajam ketika bermain <i>game online</i>					
29	Saya terbiasa belajar bekerjasama dengan tim dari bermain <i>game online</i>					
30	Saya bertemu banyak orang di dunia <i>game online</i> yang berbeda latar belakang, suku, budaya, dan bahasa					

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK

HARI :

TANGGAL :

No	Nama	Kelas VIII	Tandatangan
1	Aulia Fiqri		
2	Angela Ayu Ningtias		
3	Zaini Azmi Khalis		
4	Daffa Baldian		
5	Dini Fatihani		
6	Samuel		
7	Annisa Sahfitri		
8	M. Reza Fadillah		
9	Cintya Ayuning Putri		
10	Faiya Andini		

Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Sebelum	Sesudah
N		10	10
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	97,8000	53,4000
	Std.	4,02216	14,53884
	Deviation		
Most Extreme Differences	Absolute	,287	,162
	Positive	,148	,156
	Negative	-,287	-,162
Kolmogorov-Smirnov Z		,907	,511
Asymp. Sig. (2-tailed)		,383	,956

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Hasil Uji T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum	97,8000	10	4,02216	1,27192
	Sesudah	53,4000	10	14,53884	4,59758

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Sebelum & Sesudah	10	,522	,122

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Sebelum - Sesudah	44,40000	12,90306	4,08030	35,16971	53,63029	10,882	9	,000



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form K-1

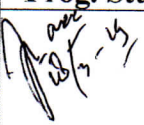
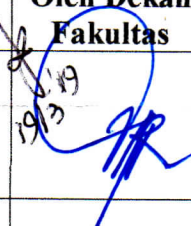
Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : **Nurul Hidayah**
NPM : 1502080003
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 157 SKS

IPK= 3,55

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul Yang Diajukan	Disahkan Oleh Dekan Fakultas
	Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019	
	Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Rendah Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019	
	Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Teknik Diskusi Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019	

Demikian permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu/Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 18 Maret 2019
Hormat Permohonan



Nurul Hidayah

Keterangan:

- Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id**

Form K-2

Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Nurul Hidayah
NPM : 1502080003
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior
Therapy untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada Siswa Kelas VIII
SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

1. Sefni Rama Putri, S.Pd, M.Pd 

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 23 Maret 2019
Hormat Pemohon,



Nurul Hidayah

Keterangan

Dibuat rangkap 3 :

- Untuk Dekan / Fakultas
- Untuk Ketua / Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

Jln.Kap.Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217

Form : K3

Nomor : 4602 /II.3/UMSU-02/F/2019
Lamp. : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing.**

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut dibawah ini:

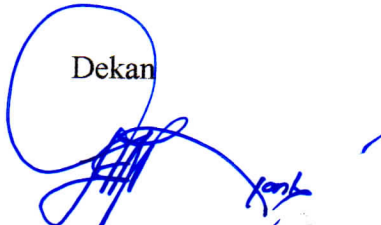
Nama : **Nurul Hidayah**
N P M : 1502080003
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : **Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2018/2019.**

Pembimbing : **Sefni Rama Putri,S.Pd,M.Pd.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1 Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan.
- 2 Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila Tidak selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masa daluwarsa tanggal : **24 Juni 2020**

Medan, 20 Syawal 1440 H
24 Juni 2019 M

Dekan


Dr.H.Elfrianto Nst,M.Pd.
NIDN:01 15057302

Dibuat rangkap 4 (empat)

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan:

WAJIB MENGIKUTI SEMINAR

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Nurul Hidayah
N.P.M : 1502080003
Prog. Studi : Bimbingan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan
Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mengurangi
Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda
Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul diatas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempah (dibuat) oleh orang lain dan juga tergolong **Plagiat**.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Juni 2019
Hormat saya
Yang membuat pernyataan,



Nurul Hidayah

Diketahui oleh
Ketua Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling


Dra. Jamila, M.Pd