



PENERAPAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) DALAM MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI DESA SIOLIP KECAMATAN BARUMUN TENGAH

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial Islam
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam.*

Oleh :

**RIZKIA NOVRIDA HASIBUAN
NIM. 16 302 00048**



**PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2021**



**PENERAPAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL*
THERAPY (CBT) DALAM MENGATASI KECANDUAN GAME
ONLINE PADA REMAJA DI DESA SIOLIP KECAMATAN
BARUMUN TENGAH**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial Islam
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh :

**RIZKIA NOVRIDA HASIBUAN
NIM. 16 302 00048**

PEMBIMBING I

**Dra. Hj. Replita, M.Si
NIP. 197605102003122003**

PEMBIMBING II

**Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi
NIP. 198101262015032003**

**PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2021**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tongku Rizal Nurdin Km 4,5 Sitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Hal : Skripsi
an. Rizkia Novrida Hasibuan
lampiran : 7 (tujuh) Exemplar

Padangsidimpuan, Januari 2021
Kepada Yth:
Bapak Dekan FDIK
IAIN Padangsidimpuan
Di:
Padangsidimpuan

Assalamu alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi an Rizkia Novrida Hasibuan yang berjudul: "Penerapan Konseling Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan Game Online pada Remaja Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah" maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudari tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terimakasih.

Wassalamu alaikum Wr. Wb.

PEMBIMBING I

Dra. Hj. Replita, M.Si
NIP. 196905261995032001

PEMBIMBING II

Fithri Choirunnisa Silagar, M.Psi
NIP. 198101262015032003



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RIZKIA NOVRIDA HASIBUAN
NIM : 1630200048
Fak/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI
Judul Skripsi : Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* pada Remaja Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah benar hasil karya saya sendiri tanpa meminta bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing, kutipan-kutipan dari buku-buku dan tidak melakukan plagiasi sesuai kode Etik Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Kode Etik Mahasiswa yang dimaksud, yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, Januari 2021
Pembuat Pernyataan



Rizkia Novrida Hasibuan
NIM: 16 302 00048



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sibitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rizkia Novrida Hasibuan
Nim : 16 302 00048
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "**Penerapan Konseling Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan Game Online pada Remaja Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah**" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidempuan
Pada Tanggal : Januari 2021
Yang menyatakan,



Rizkia Novrida Hasibuan
NIM. 16 302 00048



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : RIZKIA NOVRIDA HASIBUAN
NIM : 1630200048
Judul skripsi : PENERAPAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) DALAM MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI DESA SIOLIP KECAMATAN BARUMUN TENGAH

Ketua

Maslina Daulay, MA
NIP. 197605102003122003

Sekretaris

Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi
NIP. 198101262015032003

Anggota

Maslina Daulay, MA
NIP. 197605102003122003

Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi
NIP. 198101262015032003

Dra. Replita, M.Si
NIP. 196905261995032001

Fauzi Rizal, S.Ag., MA
NIP. 197305021999031003

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah:

Di : Padangsidimpuan
Tanggal : 30 Maret 2021
Pukul : 14.00 WIB s/d Selesai
Hasil/Nilai : 81, 25 (A)
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) : 3, 52
Predikat : Pujian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: 409/In.14/F.4c/PP.00.9/04/2021

Skripsi Berjudul : Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)
Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Remaja Di
Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah
Ditulis oleh : Rizkia Novrida Hasibuan
NIM : 16 302 00048
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Telah diterima untuk memenuhi salah satu tugas
dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidempuan, 14 April 2021

Dekan



Dr. Ali Sati, M.Ag

NIP.196209261993031001

ABSTRAK

Nama : Rizkia Novrida Hasibuan

NIM : 16 302 00048

Judul : Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah

Tahun : 2021

Latar belakang masalah penelitian ini dimulai dari hasil, observasi terhadap remaja yang mengalami kecanduan *game online* di Desa Siolip sehingga mengakibatkan sebagian remaja ini mengalami kesulitan untuk berinteraksi dan menjalin hubungan positif dengan orang lain, bahkan menghambat perkembangan emosional, perilaku berlebihan ketika melakukan *game online*, hingga perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat, leh karena itu, dibutuhkannya penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapi* (CBT) yang bertujuan untuk mengubah pola pikir dan perilaku remaja yang kecanduan *game online* agar menjadi berkurang dan menjadi lebih baik sebagaimana remaja yang positif dan ideal

Rumusan masalah yang di bahas dalam penenelitian ini, (1) Faktor apa saja yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah, (2) Bagaimana penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah, (3) Bagaimana hasil penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Theorapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan lapangan. Sumber informan terdiri dari 25 orang. dipecah menjadi 2 Sumber, data primer 5 remaja yang kecanduan *game online* dan skunder 20 orang,remaja yang tidak kecanduan game, tetangga, kepala Desa . Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti dengan cara observasi partisipan, dan wawancara tidak terstruktur.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa remaja yang kecanduan *game online* karena kurangnya perhatian orangtua awalnya (100%) dan sudah berubah (60%), faktor pertemanan awalnya (100%) dan sudah berubah (80%), dan penghilang setres awalnya (100%) dan sudah berubah (80%). penerapan konseling CBT dilakukan dalam 2 siklus berisi materi-matri tentang hal-hal buruk yang akan di timbulkan dari bermain *game online* seperti bisa membuat remaja terbiasa berkata-kata kotor, berbohong kepada orangtua, bermalas-malasan mengerjakan tugas sekolah.

Kata kunci: Konseling *Cognitive Behavioral Therapy*, Remaja Kecanduan Game Online

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurah kan kepada Nabi Muhammad SAW yang selalu menjadi dambaan umat, pimpinan sejati dan pengajar yang bijaksana.

Alhamdulillah dengan karunia dan hidayah-Nya penulis berhasil menyelesaikan skripsi dengan judul **“Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah”**, sebagai persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan yang disebabkan keterbatasan referensi yang relevan dengan pembahasan dalam penelitian ini dan masih minimnya ilmu pengetahuan yang penulis miliki. Namun berkat hidayah-Nya serta bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini dengan sepenuh hati penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor IAIN Padangsidempuan Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, M.CL. Serta Bapak Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, dan Bapak Dr. Anhar, MA selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, Bapak Dr. H. Sumper Mulia Harahap, M.Ag selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.

2. Bapak Dr. Ali Sati, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, serta Bapak Dr. Mohd. Rafiq, MA selaku Wakil Dekan Bidang Akademik, dan Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag selaku Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, dan Bapak Dr. Sholeh Fikri, M.Ag selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.
3. Ibu Dra. Hj. Replita, M.Si selaku Pembimbing I dan ibu Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi selaku Pembimbing II yang telah bersedia dengan tulus untuk membimbing, mendorong dan mengarahkan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Maslina Daulay M.A selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, dan seluruh Bapak dan Ibu Civitas Akademik IAIN Padangsidempuan yang telah banyak membantu penulis saat menjalani kuliah dan menyusun skripsi ini.
5. Bapak Sukerman, S.Ag selaku Kasubbag Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi beserta stafnya yang telah memberikan pelayanan akademik yang baik demi kesuksesan dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Yusri Fahmi, S. Ag., S,S., M.Hum., selaku Kepala Perpustakaan IAIN Padangsidempuan yang telah memberikan izin dan layanan perpustakaan yang diperlukan selama penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen IAIN Padangsidempuan yang telah membimbing, mendidik, memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.

8. Kepada Kepala Desa Siolip Bapak Toguan Hasibuan yang sudah membantu penulis mendapatkan informasi terkait skripsi ini.
9. Rekan seperjuangan di Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) angkatan 2016, terutama kepada Jija Hannum Harahap, Minta Hotma Hasibuan, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dan juga terimakasih kepada teman satu kos Bidadari Surga yang telah memberikan motivasi serta dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Teristimewa kepada Ayahanda Toguan Hasibuan dan Ibunda Siti Emma Harahap tercinta, yang selalu menyemangati, memberikan do'a dan dukungan serta memberikan bantuan moril dan materil kepada penulis sampai skripsi ini selesai. Semoga ayah dan ibu selalu dalam lindungan Allah SWT. Adinda Fitriana Hasibuan, Adinda Fitriani Hasibuan (kembar), Adinda Siti Hamida Hasibuan, Adinda Siti Aisyah Hasibuan, dan Nur Khoiriah Harahap yang telah memberikan dukungan dan nasehat penuh kepada penulis dalam menjalani kehidupan yang lebih baik kedepannya serta dalam menyelesaikan studi ini. Terimakasih juga kepada Abanganda Raja Taupik Hasibuan dan segenap keluarga besar semuanya yang selalu memberikan semangat dan do'a kepada penulis untuk penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya kepada Allah SWT jualah peneliti serahkan segalanya, karena atas rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Peneliti menyadari sepenuhnya akan keterbatasan kemampuan dan pengalaman yang ada pada peneliti sehingga tidak menutup kemungkinan bila skripsi ini masih banyak kekurangan. Akhir kata, dengan segala kerendahan hati peneliti mempersembahkan karya ini, semoga bermanfaat bagi pembaca dan peneliti.

Padangsidempuan, Januari 2021

RIZKIA NOVRIDA HASIBUAN

NIM: 16 302 00048

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING	
LEMBARAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
LEMBARAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	
HALAMAN PENGESAHAN DEKAN	
KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	7
F. Batasan Istilah.....	8
G. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	14
1. Pengerian Penerapan.....	14
2. Pengertian Koneling <i>kognitive Behavioral Therapy</i>	16
3. Ciri-Ciri Individu yang kecanduan <i>Game Online</i>	20
4. Faktor Penyebab Remaja Kecanduan <i>Game Online</i>	27
B. Materi Konseling <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	31
1. Pengrtian <i>Game Online</i>	31
2. Pandangan Islam Terhadap <i>Game Online</i>	32
3. Nilai Positif dan Negatif Bermain <i>Game Online</i>	33
4. Hakikat Pertemanan Dalam al-Qur'an.....	35
C. Penelitian Terdahulu.....	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metodologi Penelitian	40
1. Metode penelitian	40
2. Informan Penelitian	40
3. Lokasi dan Waktu Penelitian	41
4. Sumber Data	41
5. Teknik Pengumpulan Data	36
6. Teknik Tindakan Penelitian Lapangan	37
7. Uji Keabsahan Data	43
8. Teknik Analisis Data	43

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum	50
1. Gambaran Umum Desa Siolip	50
2. Letak Geografis	50
B. Temuan khusus	54
1. Faktor Penyebab Terjadinya Kecanduan <i>Game Online</i>	54
2. Penerapan Konseling <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	60
3. Hasil Penerapan Konseling <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	73
C. Analisa Hasil penelitian	77

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	79
B. Saran	80

DAFTAR PUSTAKA.....81

PEDOMAN WAWANCARA
LAMPIRAN DOKUMENTASI
DAFTAR RIWAYAT HIDUP

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa dimana anak menuju masa dewasa. Remaja mulai memiliki kemampuan menerima dan memanfaatkan pengetahuan secara efektif. Remaja juga mengalami puncak emosi, remaja yang tumbuh di lingkungan yang tidak kondusif maka perkembangan emosionalnya dan kematangan emosionalnya terhambat sehingga akan mengakibatkan tingkah laku negatif.

Remaja yang tumbuh di lingkungan yang cenderung menghabiskan waktu bermain dan bergaul dengan teman sebaya yang selalu melalaikan waktu seperti menggunakan *game online* akan membuat remaja kesulitan berinteraksi dan menjalin hubungan dengan orang lain dan bisa juga menghambat perkembangan emosional. Karena kecanduan *game online* merupakan perilaku berlebihan untuk melaksanakan secara langsung atau berhadapan hingga banyak yang kecanduan permainan secara *online* sehingga berdampak terhadap pembentukan perilaku maladaptif, tidak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.

Game online adalah game yang berbasis elektronik dan visual, Berbagai jenis *game online* bisa diakses oleh para pengguna smartphone

melalui *playstore* atau *googleplay*.¹ *Game Online* dapat menjadi salah satu internet *addiction* yang dapat menyebabkan pemainnya ketagihan dan merasa ingin terus memainkannya. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi membawa perubahan dalam segala lapisan kehidupan masyarakat.

Teknik *Cognitive Behavioral Therapi* (CBT) merupakan pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Pendekatan *cognitive behavior* didasarkan pada keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari CBT yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih positif. CBT merupakan teori pengembangan remaja yang meningkatkan kemampuan kognitif dan perilaku subjek.²

Konseling *cognitive behavior* memiliki berbagai keuntungan. Teknik konseling ini telah dibuktikan sebagai pendekatan yang sangat sesuai untuk menangani berbagai masalah manusia menurut perspektif umum, seperti membolos, depresi, masalah keluarga, gaya asuh anak, dan

¹Sanditaria, W. Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia Game Online, Jatinangor Sumedang, 2012. *Students E-Journal*, 1, Diakses 05/12/2019 Pukul 13.40 Wib.

²Dewi Khurun Aini, "Penerapan Cognitive Behaviour Therapy dalam Mengembangkan Kepribadian remaja di Panti Asuhan". *Jurnal Ilmu Dakwah* Volume 39, No. 1, 2019

perilaku anak diantaranya adalah mengenai permasalahan tingkah laku sosial yaitu masalah kenakalan dan penyesuaian diri. Harapan dari *cognitive behavior* yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam teori *cognitive behavior*, seseorang dianggap bermasalah ketika ia memiliki kecenderungan fikiran yang negatif terhadap suatu hal yang di mana hal tersebut mempengaruhi cara ia berfikir dan berperilaku.³

Menurut Pilpala dan Triharmin, salah satu cara mengatasi kecanduan *game online* yaitu dengan pendisiplinan waktu mengurangi kecanduan *game online* pada tahap yang dirasa yakin benar tidak akan mengganggu waktu untuk hal yang lain remaja harus menempatkan prioritas waktu antara belajar dengan bermain *game online*. Berhubungan dengan perilaku pecandu *game online* yang harus diubah agar dapat mengatasi masalah kecanduan *game online*. Alternatif bantuan yang dapat digunakan adalah memberikan layanan dengan menggunakan *cognitive behavioral therapy*.⁴

Remaja dapat diidentikkan mengalami kecanduan *game online* karena kebiasaannya yang membawa dampak dan membentuk perilaku yang merugikan untuk diri sendiri serta menyebabkan remaja kurang bisa bergaul dengan orang lain sehingga tidak mempunyai minat atau hobi

³Muhammad Ali & Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm. 138

⁴Pilpala, Triharim. Pengembangan Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Pengelolaan Diri Pada Remaja yang Kecanduan game online. *Dalam Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, Volume 1. 2013. Di akses 06/12/2019. Pukul. 15.01 Wib

membaca buku karena dianggap lebih menyenangkan bermain *game online*.⁵

Faktor yang dapat memprediksi kemungkinan seseorang bisa menjadi kecanduan internet, antara lain tidak bijaksana dalam memanfaatkan internet dengan baik, seperti menonton pornografi dan pornoaksi, atau menggunakannya dengan berlebihan sehingga membuat individu tersebut tidak bisa terlepas dari jejaring internet seperti *Game online*. *Game Online* sendiri dapat dilakukan diberbagai macam alat teknologi, seperti di laptop, komputer. Namun saat ini android menjadi tempat favorit dalam bermain *game online*.

Keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi dan perilaku remaja. Keluarga juga dipandang sebagai institusi (lembaga) yang dapat memenuhi kebutuhan insani (manusiawi), terutama kebutuhan bagi pengembangan kepribadiannya.⁶

Untuk membentuk perilaku anak remaja diperlukan perhatian, maupun sikap dan bimbingan orangtua yang baik terhadap anak. Remaja yang kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orangtua itu selalu merasa tidak aman, merasa kehilangan tempat berlindung dan tempat berpijak. Mereka mulai mencari kesibukan sendiri dengan bermain *game online*.

⁵Pilpala, Triharim, Pengembangan Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Pengelolaan Diri Pada Remaja yang Kecanduan game online. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, Volume 1, 2013. Diakses 05/12/2019 pukul 13.35 Wib.

⁶Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 37.

Terdapat banyak kasus yang mengungkapkan remaja kecanduan *game online* akan melakukan sesuatu yang diluar nilai dan norma masyarakat. Pada umumnya dimana remaja tidak mempunyai modal untuk melakukan *game online*, sehingga melakukan pencurian.

Sebagaimana wawancara awal peneliti dengan ibu Darriati Harahap yang menceritakan tentang remaja kehabisan kuota dan tidak memiliki modal untuk membeli kuota yang baru untuk bermain *game online*. Untuk membeli kuota yang baru remaja tersebut pergi kesuatu warung yang dekat dengan rumahnya, dan melihat kondisi warung tersebut apakah lagi sunyi atau sebaliknya, pada saat itu ternyata penjual diwarung tersebut sedang ketiduran akibat kelelahan membuat kripik singkong. Dan akhirnya remaja tersebut melakukan aksinya.⁷

Seiring wawancara di atas, sesuai dengan observasi awal peneliti bahwa remaja yang sudah kecanduan *game online* memiliki perilaku dan pola pikir yang sangat memprihatinkan. Mereka lebih sering melalaikan waktu, begadang, tidak peduli dengan orang yang berada di sekitarnya, sibuk dengan dunianya sendiri sehingga untuk memenuhi keinginan seperti mengisi paket data untuk bermain *game online*, mereka menghalalkan segala cara, bahkan ketika orangtua atau saudaranya memanggilnya, mereka tidak mempedulikannya.⁸

⁷Wawancara, Darriati harahap, Warga Desa Siolip, Wawancara di desa Siolip, pada tanggal 20 februari 2020

⁸Observasi, di Desa Siolip kec. Barumun Tengah, pada tanggal 22 Februari 2020.

Berdasarkan permasalahan dan fenomena yang telah di uraikan di atas penulis merasa tertarik untuk mengkaji hal ini lebih dalam lagi tentang bagaimana penerapan konseling dalam mengatasi remaja yang kecanduan *game online* dengan pendekatan CBT, sehingga penulis tertarik mewujudkan dalam bentuk skripsi dengan judul **Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.**

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti memfokuskan penelitian terhadap perubahan sikap maupun pola pikir remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip kecamatan Barumun Tengah.

C. Rumusan Masalah

1. Faktor apa saja yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah ?
2. Bagaimana penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah ?
3. Bagaimana hasil penerapan konseling *kognitive behavioral therapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah ?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah Kab. Padang Lawas.
2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.
3. Untuk mengetahui hasil penerapan konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan pemikiran pembaca pada umumnya dan khususnya bagi mahasiswa yang berkecimpung dalam bidang konseling Islam tentang masalah kesulitan belajar di sekolah terhadap mewujudkan keberhasilan siswa.

2. Manfaat Praktis.

- a. Bagi orangtua hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang positif berkenaan dengan upaya untuk mengurangi kecanduan *game online* perilaku remaja yang sejalan dengan masa perkembangannya.

- b. Bagi remaja hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi tentang permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan dirinya, khususnya tentang cara mencegah bermain *game online* yang dapat menjadi suatu kecanduan.

F. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalahan dalam memahami judul tulisan ini, perlu ada penjelasan

1. Penerapan

Penerapan adalah proses, pemamfaatan, dan mempraktikkan setiap usaha hanya dapat berjalan secara efektif dan efesien bilamana sebelumnya sudah dipersiapkan dan direncanakan terlebih dahulu dan matang.⁹ Adapun penerapan yang dimaksud dalam peneliti ini adalah mempraktekkan suatu metode dalam pelaksanaan konseling individu yang dilaksanakan peneliti dalam mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah

2. Konseling

Konseling secara *etimologis* adalah pemberian nasihat, anjuran, dan pembucaraan dengan bertukar pikiran secara tatap muka *face to face*.¹⁰ Konseling merupakan terjemahan dari "*counseling*" konseling berasal dari kata "*council*" atau "*to council*" yang berarti memberikan nasihat, penyuluhan atau anjuran kepada orang lain secara berhadapan

⁹Tim Penyusun Kamus pusat pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai pustaka, 1995), hlm. 1180

¹⁰Tohirin, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015), hlm. 21.

muka (*face to face*).¹¹ Menurut George dan Cristiani¹², konseling merupakan hubungan yang profesional antara hubungan konselor terlatih dengan klien yang bertujuan untuk membantu klien memahami dan belajar mencapai tujuan yang mereka tentukan sendiri.

Berdasarkan pendapat diatas, konseling dalam penelitian ini merupakan pemberian bantuan secara *face to face* melalui pendekatan CBT kepada remaja yang mengalami kecanduan *game online* lima orang.

3. *Cognitive Behavioral Therapy*

Terapi tingkah laku (Behavioristik) adalah gabungan dari beberapa teori belajar yang di kemukakan oleh Oemarjoedi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Adapun aspek penting dari terapi behavioristik adalah bahwa perilaku dapat didefenisikan secara operasional, diamati, dan diukur. Para ahli behavioristik memandang bahwa gangguan tingkah laku adalah akibat dari proses belajar yang salah. Oleh karena itu, perilaku tersebut dapat diubah dengan mengubah lingkungan lebih positif sehingga perilaku menjadi positif pula.¹³

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) merupakan psikoterapi yang menggabungkan antara terapi prilaku dan terapi kognitif yang didasarkan pada asumsi bahwa prilaku manusia secara bersama di

¹¹Lahmuddin, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007), hlm. 16

¹²Tohirin, *Op. Cit.*, hlm. 24.

¹³Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2013), hlm.164

pengaruhi oleh pemikiran, perasaan, proses fisiologis serta konsekuensinya pada perilaku.

Cognitive Behavioral therapy (CBT) merupakan pendekatan terapi pertama yang berpusat pada proses berfikir dan kaitannya dengan keadaan emosi, perilaku, dan psikologi. CBT berpusat pada ide bahwa orang tertentu mampu mengubah kognisi individu, dan karenanya mengubah dampak pemikiran pada kesejahteraan emosi mereka.¹⁴

4. Kecanduan

Kecanduan atau *addiction* menurut Grispon dan Bokular¹⁵ adalah suatu keadaan interaksi antara psikis terkadang juga fisik dari organisme hidup dan obat, disebabkan oleh tanggapan perilaku dan respon yang lainnya yang selalu menyertakan suatu keharusan untuk mengambil obat secara terus menerus atau berkala untuk mengalami efek psikis, dan kadang-kadang untuk menghindari ketidaknyamanan ketiadaan obat.

Kecanduan atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap suatu obat

¹⁴Fibriana Miftahus Sa'adah dan Imas Kania Rahman, "Konsep Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dengan Pendekatan Islam Untuk Meningkatkan Sikap Al-Tauhid Siswa". Dalam *Jurnal Hisbah*, Vol, 12, No. 2 Desember 2015, hlm. 55

¹⁵Rahmad Anhar, "Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Keterampilan Sosial Remaja Di 4 Game Centre", Dalam *Jurnal, Central Library Of Maulana Malik Ibrahim State Islamic Universitas Malang*, 2014, hlm. 9

bias, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat, apabila dihentikan.¹⁶

Adapun kecanduan yang dimaksudkan dalam peneliti ini adalah remaja yang sudah kecanduan *Game Online* dan tidak bisa mengatur aktivitas/kebiasaan yang lebih positif di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

5. Game Online

Game Online Menurut Kim adalah *game* (permainan) dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online* (LAN atau Internet). Jadi kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. Dari sini terlihat bahwa *game online* merupakan bagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari dan bahkan bisa mengakibatkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi.¹⁷ Adapun *game online* yang dimaksud dalam peneliti ini adalah mempraktekkan suatu *game online* melalui jaringan internet secara berlebihan di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

6. Remaja

Remaja adalah suatu proses atau cara seorang anak mulai dewasa. Remaja berasal dari bahasa latin yaitu "*adolescere*" yang

¹⁶*Ibid.*, hlm. 9

¹⁷*Ibid.*, hlm. 10

berarti “tumbuh” untuk mencapai kematangan”.¹⁸ Sedangkan secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegritasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa atau dapat dikatakan bahwa masa remaja adalah perpanjangan masa kanak-kanak sebelum mencapai dewasa.¹⁹ Adapun Remaja yang dimaksud peneliti disini, yaitu remaja yang berumur 14-20 tahun yang bermasalah/kecanduan *Game Online* di Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah.

G. Sistematika permasalahan

Untuk memudahkan pemahaman proposal ini, maka penulis membuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I merupakan Pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, manfaat penilaian, batasan istilah dan sistematika pembahasan.

BAB II mengemukakan tentang kajian terdiri pengertian penerapan, pengertian konseling, tujuan konseling, asas-asas konseling, fungsi bimbingan dan konseling dalam islam, langkah-langkah konseling, pengertian *cognitive behavioral therapy*, tujuan konseling *cognitive behavioral therapy*, fokus konseling *cognitive behavioral therapy*,

¹⁸Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, *Op.Cit.*, hlm. 9.

¹⁹Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 215.

pengertian kecanduan *game online*, ciri-ciri individu yang kecanduan *game online*, pengertian remaja, ciri-ciri remaja, faktor penyebab remaja bermasalah, dan penelitian terdahulu.

BAB III mengemukakan tentang metode penelitian yang terdiri dari lokasi dan waktu penelitian, jenis penelitian, informan penelitian, sumber data, tehnik dan pengumpulan data, tehnik tindakan penelitian lapangan, tehnik analisis data.

BAB IV mengemukakan tentang hasil penelitian yang terdiri dari temuan umum dan khusus. Temuan umum yaitu: sejarah singkat dan letak geografis Desa Siolip kecamatan barumun tengah. temuan khusus yaitu mengenai 1) faktor penyebab terjadinya kecanduan *game online*, 2) penerapan konseling *cognitive behavioral therapy*, 3) dan hasil dari penerapan konseling *cognitive behavioral therapy*.

Selanjutnya BAB V adalah penutup yang terdiri dari kesimpulan hasil penelitian dan saran-saran yang diajukan oleh peneliti.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Penerapan

a. Pengertian Penerapan

Penerapan secara *terminology* berarti sebuah tindakan yang dilakukan baik secara individu maupun kelompok dengan maksud untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Sedangkan Penerapan, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah proses, pemanfaatan, dan mempraktekkan setiap usaha hanya dapat berjalan secara efektif dan efisien bilamana sebelumnya sudah dipersiapkan dan direncanakan terlebih dahulu dan matang.²⁰

Penerapan yang dikemukakan menurut para ahli yaitu sebagai berikut:

- 1) Menurut Lukman Ali, penerapan adalah mempraktekkan atau memasang. Penerapan juga dapat diartikan sebagai pelaksana.
- 2) Menurut Rianto Nugroho, penerapan pada prinsipnya cara yang dilakukan agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

²⁰Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 1044

3) Menurut Wahab, penerapan merupakan sebuah kegiatan yang memiliki tiga unsur penting dalam menjalankannya.

Adapun unsur-unsur penerapan meliputi seperti:

- a) Adanya program yang dilaksanakan
- b) Adanya kelompok target, yaitu masyarakat yang menjadi sasaran dan diharapkan akan menerima manfaat dan program tersebut.
- c) Adanya pelaksanaan, baik organisasi atau perorangan yang bertanggung jawab dalam pengelolaan, pelaksanaan maupun pengawasan dari proses penerapan tersebut.²¹

Penerapan adalah menggunakan segala teori yang ada untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan cara melakukan sesuatu baik secara lisan maupun praktik. Pertanyaan-pertanyaan sebagai masalah hidup dan kehidupan manusia merupakan tantangan bagi manusia untuk menjawab jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan tersebut akan menjadi dasar pelaksanaan dan praktik pendidikan.

2. **Konseling**

Konseling merupakan terjemahan dari “*counseling*” konseling berasal dari kata “*counsel*” atau “*to counsel*” yang berarti memberikan nasihat, penyuluhan atau anjuran kepada orang lain secara berhadapan muka (*face to face*). Dengan demikian konseling

²¹Wahab, *Manajemen Personalia* (Bandung: Sinar Harahap, 1990), hlm. 45

adalah pemberian nasihat atau penasihatian kepada orang lain secara individual yang dilakukan secara berhadapan.²²

Secara *Etimologis*, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan menurut bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”.²³

3. **Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)**

a. **Pengertian Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)**

Menurut Aaron T “*Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat dan perilaku yang menyimpang. Konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) adalah model teoritis yang menghubungkan pikiran dengan emosi dan perilaku. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari *cognitive behavioral therapy* (CBT) yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik”.

²²Lahmuddin Lubis, *Bimbingan Konseling Islami*, (Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007), hlm. 16

²³Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2018), hlm. 99

Menurut Oemarjoedi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada pemahaman kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Konseling ini akan diarahkan kepada modifikasi fungsi berfikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali. Tujuan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) yaitu mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tumbuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Hingga pada akhirnya *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) diharapkan dapat membantu konseli dalam menyalurkan berpikir, merasa dan bertindak.²⁴

b. Tujuan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)

Menurut Oemarjoedi “tujuan dari konseling *Kognitive Behavior* yaitu mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya *dogmatis* dalam diri konseli dan secara kuat mencoba menguranginya”.

²⁴Yahya AD dan Megalia, Pengaruh Konsing *Kognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dengan teknik Self Control untuk mengurangi perilaku Agresif, *Jurnal Bimbingan Konseling*, vol. 03 no. 2, 2016, diakses 4 Maret 2020 pukul: 11.29 WIB. hlm. 189.

Cognitif behavioral therapy (CBT) merupakan konseling yang menitikberatkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis dan melihat ke masa depan dari pada masa lalu. Aspek kognitif dalam *cognitive behavioral therapy* (CBT) antara lain mengubah cara berpikir, kepercayaan, sikap, asumsi, imajinasi dan konseli belajar mengenali dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif. Sedangkan aspek behavioral dalam *cognitive behavioral therapy* (CBT) yaitu mengubah hubungan yang salah antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan, belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, serta berpikir lebih jelas.

Cognitive behavioral therapy (CBT) dalam pelaksanaan konseling lebih menekankan kepada masa kini daripada masa lalu, akan tetapi bukan berarti mengabaikan masa lalu. *cognitive behavioral therapy* (CBT) tetap menghargai masa lalu sebagai bagian dari hidup konseli dan mencoba membuat konseli menerima masa lalunya, untuk tetap melakukan perubahan pada pola pikir masa kini untuk mencapai perubahan di waktu yang akan datang. Oleh sebab itu, CBT lebih banyak bekerja pada

status kognitif saat ini untuk dirubah dari status kognitif negatif menjadi status kognitif positif.²⁵

c. Fokus Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)

CBT merupakan konseling yang menitik beratkan pada restrukturasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis dan lebih melihat ke masa depan dibanding masa lalu. Aspek kognitif dalam CBT antara lain mengubah cara berpikir, kepercayaan, sikap, asumsi, imajinasi dan memfasilitasi konseli belajar mengenali dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif. Sedangkan aspek behavioral dalam CBT yaitu mengubah hubungan yang salah antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan, belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, serta berpikir lebih jelas.²⁶

4. Kecanduan *Game Online*

a. Pengertian Kecanduan

Kecanduan atau *addiction* menurut Grispon dan Bokular adalah suatu keadaan interaksi antara psikis terkadang juga fisik dari organisme hidup dan obat, disebabkan oleh tanggapan perilaku dan respon yang lainnya yang selalu menyertakan suatu

²⁵*Ibid.*, hlm. 190

²⁶Renni Kurniati, "Evektivitas Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Penggunaan Smartphon Secara Berlebihan Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Bandar Lampung" (*Skripsi*, Universitas Islam Negeri Raden Intan, 2019) hlm. 22

keharusan untuk mengambil obat secara terus menerus atau berkala untuk mengalami efek psikis, dan kadang-kadang untuk menghindari ketidaknyamanan ketiadaan obat.

Kecanduan atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat, apabila dihentikan.²⁷

b. Pengertian *Game Online*

Game Online Menurut Kim adalah *game* (permainan) dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi online (LAN atau Internet) Jadi kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. Dari sini terlihat bahwa *game online* merupakan bagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari dan bahkan bisa mengakibatkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi.²⁸

²⁷Rahmad Anhar, "Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Keterampilan Sosial Remaja Di 4 Game Centre", *Dalam Jurnal, Central Library Of Maulana Malik Ibrahim State Islamic Universitas Malang*, 2014, hlm. 9

²⁸*Ibid.*, hlm. 10

c. Ciri-ciri Individu yang Kecanduan *Game Online*

Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan mengalami beberapa gejala seperti *salience* (berpikir tentang bermain *game online* sepanjang hari dan terus ingin melakukannya), *tolerance* (waktu bermain *game online* yang semakin meningkat yang menyebabkan seseorang merasa terikat), *mood modification* (bermain *game online* untuk melarikan diri dari masalah), *relapse* (kecenderungan untuk bermain *game online* kembali setelah lama tidak bermain), *withdrawal* (merasa buruk jika tidak dapat bermain *game online*), *conflict* (bertengkar dengan orang lain karena bermain *game online* secara berlebihan), dan *problems* (mengabaikan kegiatan lainnya sehingga menyebabkan permasalahan).²⁹

Adapun dampak positif dikalangan remaja atau pelajar yang kecanduan *game online* :

- a) Menghilangkan stres, artinya para pelajar dapat menghibur dan mengatasi kelelahan akibat rutinitas kegiatan sekolah dengan *bergame online*.
- b) Nilai mata pelajar komputer paling menonjol di sekolah, artinya kebiasaan mengoperasikan komputer di warnet menyebabkan pelajar mengetahui teknik-teknik dasar dan

²⁹Dona Febriandari, Fatra Anis Nauli, Siti Rahmalia HD, "Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja". Dalam *Jurnal, Keperawatan Jiwa*, Vol. 4 No. 1 (Mei 2016), hlm. 50. diakses 06/12/2019. Pukul. 14.36 WIB.

ilmu komputer. Kebiasaan memegang keyboard juga meningkatkan kecepatan belajar dalam mengetik.

- c) Cepat menyelesaikan permasalahan (*problem solving*) pelajaran, artinya kebiasaan pelajar dalam memecahkan masalah atau level dalam bermain *game online* berdampak pada kemampuannya untuk menyelesaikan soal pelajaran terkait (*problem solving*) yang menuntut siswa dalam belajar untuk memecahkan soal pelajaran.

Adapun dampak negatif dalam bermain *game online*, yaitu :

- a) Penggunaan uang jajan yang tidak tepat sebagaimana mestinya uang jajan yang diberikan orangtua sering dihabiskan untuk membeli voucher *game online*.
- b) Jarang berolahraga dalam setiap minggu, meskipun terdapat mata pelajaran olahraga disekolah hal ini dirasa belum cukup bagi kondisi fisik pelajar. Pelajar pada umumnya sering diajak teman yang lain untuk berolahraga, seperti bermain futsal atau bermain sepak bola pada waktu yang senggang, namun pelajar yang kecanduan *game online* lebih suka bermain *game online*.

c) Sering membolos agar bisa bermain *game online* di warnet.

Mengakibatkan menurunnya prestasi belajar³⁰

5. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja adalah masa transisi seorang menuju masa anak dewasa. Remaja berasal dari bahasa latin yaitu *adolescence* atau *aolescere* yang berarti “tumbuh untuk mencapai kematangan”.³¹ Istilah ini seperti yang digunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegritas dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama.³² Untuk mencapai kematangan tersebut, remaja memerlukan bimbingan karena masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Disamping terdapat suatu keniscayaan bahwa proses perkembangan individu tidak selalu berlangsung mulus atau steril dari masalah. Dengan kata lain, proses

³⁰Ramad Nico Suryanto, “Dampak Positif dan Negatif Permainan Game Online Dikalangan Pelajar”. Dalam *Jurnal Jom Fisip* Volume 2 No. 2-Oktober 2015. Di Akses 18/08/2020. Pukul. 22:01 WIB.

³¹Muhammad Ali dan Mohammad Asrori , *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2005), hlm. 9.

³²Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, edisi kelima, (Jakarta: Erlangga1980), hlm. 206.

perkembangan itu tidak selalu berjalan dalam alur linier, lurus atau searah dengan potensi³³

b. Tahapan Masa Remaja

Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa. Masa ini dapat dirinci lagi menjadi beberapa masa, yaitu :

1) Masa Pra remaja (remaja awal)

Masa pra remaja biasanya berlangsung hanya dalam waktu relatif singkat. Masa ini di tandai oleh sifat-sifat negatif pada remaja sehingga seringkali masa ini disebut masa negatif dengan gejalanya seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, pesimistik dan sebagainya. secara garis besar sifat-sifat negatif tersebut, yaitu 1) negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun prestasi mental, 2) negatif dalam sikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat maupun dalam bentuk agresif terhadap masyarakat. Rentan usia masa remaja awal berusia dari usia 12-15 tahun.

³³Syamsul Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 209.

2) Masa remaja (remaja madya)

Pada masa ini mulai tumbuh dalam diri remaja dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya, teman yang dapat turut merasakan suka dan dukanya. Pada masa ini, sebagai masa mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja-puja sehingga masa ini disebut masa merindu puja, yaitu sebagai gejala remaja. Proses terbentuknya pendirian atau pandangan hidup atau cita-cita hidup itu dapat dipandang sebagai penemuan nilai-nilai kehidupan. Rentang usia masa remaja awal berusia dari usia 16-18 tahun.

3) Masa Remaja Akhir

Setelah remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapai masa remaja akhir dan telah terpenuhilah tugas-tugas perkembangan masa remaja, yaitu menemukan pendirian hidup dan masuklah individu ke dalam masa dewasa. Rentang usia masa remaja awal berusia dari usia 18-22 tahun.³⁴

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik sehingga mampu bereproduksi.

³⁴*Ibid.*, hlm. 26-27.

masa remaja ini meliputi a) remaja awal 12-15 tahun, b) remaja madya 16-18 tahun, dan remaja akhir 18-22 tahun.

c. Masa Remaja Sebagai Transisi Perkembangan

Dalam masyarakat industrial modern, perjalanan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa ditandai oleh periode transisional panjang yang dikenal dengan masa remaja. Yaitu :

1) Perkembangan Fisik dan kognitif pada masa remaja

a) Puberitas (akhir masa kanak-kanak)

Perubahan biologis puberitas, yang merupakan tanda akhir masa kanak-kanak, berakibat peningkatan pertumbuhan berat dan tinggi, perubahan dalam proporsi dan bentuk tubuh, dan pencapaian kematangan seksual. Perubahan fisik dramatis ini merupakan bagian dari proses kematangan panjang bahkan sebelum lahir, dan pencabangan psikologis mereka terus berlanjut sampai dewasa.

b) Waktu, Urutan dan Sinyal Kedewasaan

Perubahan fisik dalam diri anak laki-laki maupun perempuan sepanjang masa puberitas termasuk ledakan pertumbuhan masa remaja, perkembangan rambut pubic, suara yang lebih dalam, dan pertumbuhan pada otot pada anak laki-laki, seorang anak perempuan, mengalami

perkembangan rambut tubuh dan payudara pada saat yang bersamaan.³⁵

2) Perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif, ketika mereka mengembangkan kemampuan berpikir abstrak. Perkembangan ini, yang biasanya terjadi pada usia 11 tahun, memberikan cara baru yang fleksibel kepada mereka untuk mengolah informasi. Orang-orang di tahap operasi formal dapat mengintegrasikan apa yang telah mereka pelajari dengan tantangan di masa mendatang dan membuat rencana untuk masa datang.

3) Perkembangan psikososial pada masa remaja

Pencarian identitas yang didefinisikan Erikson sebagai konsepsi tentang diri, penentuan tujuan, nilai, dan keyakinan yang diperkembangkan kognitif remaja memungkinkan mereka menyusun “teori tentang diri” usaha remaja untuk memahami diri bukan “sejenis rasa tidak nyaman akibat menjadi dewasa”. Usaha tersebut merupakan proses vital dan sehat yang didasarkan kepada pencapaian tahap sebelumnya.³⁶

Adapun hubungan remaja dengan keluarga, dan

Teman Sebaya yaitu :

³⁵Diane E. Papalia, *Human Development Psikologi Perkembangan*, (Jakarta, Kencana 2011), hlm. 536-537.

³⁶*Ibid.*, hlm. 555

- a) remaja yang memiliki banyak waktu luang, menggunakan waktu tersebut dengan teman sebaya, akan tetapi hubungan dengan orang tua masih rapat dan berpengaruh, terutama di kalangan minoritas etnis tertentu.
- b) Interaksi keluarga berubah sepanjang tahun-tahun masa remaja. Akan tetapi juga terdapat konflik berkaitan dengan kasus otonomi. Konflik dengan orangtua menjadi yang paling sering terjadi pada masa awal remaja dan pada masa pertengahan remaja.
- c) Efek orangtua yang bekerja tergantung kepada beberapa faktor seperti kehadiran atau ketidakhadirannya orangtua, seberapa ketat orangtua mengawasi aktivitas anak/remajanya,
- d) Kelompok teman sebaya dapat memiliki pengaruh positif dan negatif. Remaja yang ditolak oleh teman sebaya.³⁷

d. Faktor Penyebab Remaja Bermasalah

Untuk melihat faktor penyebab remaja berperilaku menyimpang diperlukan sudut pandang yang komprehensif mengingat sumber-sumber masalah dapat berasal dari aspek-aspek yang luas dan saling mempengaruhi. Beberapa pandangan yang bersifat parsial seperti faktor individu, keluarga, teman sebaya, komunitas dan masyarakat perlu diintegrasikan sebagai

³⁷*Ibid.*, hlm. 571

upaya melacak akar persoalan yang jika menggunakan analisa parsial tidak memadai. Cara untuk mengidentifikasi penyebab perilaku menyimpang akan mempengaruhi strategi penanganannya.

Dengan demikian perlu mengkategorikan penyebab masalah dari mulai faktor yang bersifat individual sampai kelompok dan lingkungan komunitas yang lebih besar. Withers Siegel mengelompokkan berbagai penyebab remaja berperilaku menyimpang atau beresiko yang didasarkan pada faktor individu, keluarga, teman sebaya, sekolah, dan komunitas/masyarakat, seperti yang diuraikan di bawah ini :

Faktor individu, terdiri dari penyebab fisik seperti riwayat sakit kronis, kelahiran prematur, bobot kelahiran yang rendah, kecelakaan saat melahirkan. Aspek psikososial dan perilaku mencakup kelekatan yang kurang dengan orangtua, tidak memiliki keterampilan memecahkan masalah, tidak memiliki kemampuan empati, ketidakmampuan mengendalikan diri, keterasingan, kesulitan dalam belajar, harga diri dan motivasi yang rendah, penggunaan Napza, aspirasi dan prestasi akademik yang rendah, tingkah laku agresif.

Faktor keluarga, terdiri dari struktur keluarga mencakup ketidakutuhan keluarga, keterpisahan dari keluarga dan ukuran keluarga yang terlalu besar. Fungsi keluarga mencakup

kelemahan dalam pengelolaan kontrol dan pengawasan, gangguan hubungan antara orangtua dan anak, keterlantaran anak, kekerasan terhadap anak, kekerasan dalam keluarga, pengabaian atau penolakan dari orang tua, ada model/ccontoh keluarga yang berperilaku anti sosial, mobilitas orangtua yang tinggi, dan pengasuhan orang yang psikopat. Status sosial ekonomi keluarga, mencakup pendapatan dan tingkat pendidikan orangtua yang rendah, dan orangtua yang menganggur.

Faktor teman sebaya, terdiri dari remaja yang berteman dengan sebaya yang menyimpang, penolakan dari teman sebaya, dan berteman dengan orang dewasa yang anti social. *Faktor sekolah*, terdiri dari organisasi sekolah yang mencakup kebijakan dan pelaksanaan kebijakan yang rigid, disiplin yang represif, kelas yang besar, sekolah yang besar tanpa substruktur. Aspek kurikulum mencakup pelajaran yang tidak menarik atau tidak disukai, tidak adanya partisipasi dalam pengambilan keputusan, strategi pembelajaran yang pasif, penilaian yang mendominasi adalah penilaian yang hanya berdasarkan persaingan akademik (ada yang kalah dan menang).

Suasana sekolah mencakup budaya sekolah yang tidak mendukung misi pendidikan, hubungan murid-guru yang negatif, ketidakberfungsian konselor sekolah, ketiadaan partisipasi siswa,

kurangnya hubungan antara orangtua dan sekolah, miskinnya pengembangan profesionalisme staf.

Faktor komunitas dan kemasyarakatan, terdiri dari kemiskinan yang ekstrem, ada norma anti sosial di masyarakat, lingkungan masyarakat yang kacau dan tidak harmonis, tingkat kriminalitas yang tinggi, adanya akses pada senjata api, konsentrasi teman sebaya yang nakal tinggi, dan status etnik minoritas.³⁸

Selain hal-hal yang di atas ada juga faktor-faktor yang mempengaruhi remaja di antaranya sebagai berikut:

- a. Kurangnya kasih sayang orangtua.
- b. Kurangnya pengawasan dari orangtua.
- c. Pergaulan dengan teman yang tidak sebaya.
- d. Peran dari perkembangan iptek yang berdampak negatif
- e. Tidak adanya bimbingan kepribadian dari sekolah.
- f. Dasar-dasar agama yang kurang.
- g. Tidak adanya media penyalur bakat dan hobinya.
- h. Kebiasaan yang berlebihan serta masalah yang terpendam.³⁹

³⁸Elizabeth B . Hurlock, *Op. Cit.*, hlm. 220.

³⁹Eny Kusumawati, *Problematika Remaja Dan Faktor Yang Mempengaruhi*, Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling) Vol. 1 No.1 (Mei 2017) Online ISSN 2580-216X , hlm. 90.

B. Materi Konseling *Cognitive Behavioral Therapy*

1. Pengertian *game Online*

Game Online merupakan permainan yang dioperasikan menggunakan koneksi internet, dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tinggi dalam dunia virtual. *Game online* pada dasarnya ditujukan untuk mengusir kepenatan atau sekedar melakukan *refreshing* otak setelah melaksanakan aktivitas sehari-hari. Namun pada kenyataannya, permainan tersebut justru membuat individu menjadi kecanduan. Intensitas bermain *game* yang tinggi membuat individu mengalami kecanduan yang memberikan berbagai dampak terhadap perilaku individu. Individu biasanya secara otomatis akan melakukan apa yang disenangi pada kesempatan yang ada, orang dikatakan kecanduan *game* apabila dalam satu hari melakukan kegiatan yang sama sebanyak lima kali atau lebih.⁴⁰

Game Online Menurut Kim adalah *game* (permainan) dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online* (LAN atau Internet). Jadi kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. Dari sini terlihat bahwa

⁴⁰Silvia Yula Wardani, Peran Konselor Sebaya Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Anak, Dalam *Jurnal Sosiolog*, Peran Konselor Sebaya, Vol. 2, No.2, November 2018, hlm.72.

game online merupakan bagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari dan bahkan bisa mengakibatkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi.⁴¹

2. Pandangan Islam Terhadap *Game Online*

Hukum asal dari *game handphone* maupun yang berbasis *game online* adalah boleh. Hal ini sesuai dengan kaidah fikih yang artinya : “*hukum asal dari sesuatu adalah mubah sampai ada dalil yang melarangnya (memakruhkannya atau mengharamkannya).*” (Imam as-Suyuthi, dalam *al-Asyba’wan Nadhoir*: 43). *Game* atau permainan sesungguhnya adalah bagian dari sarana hiburan dan sarana melepas lelah. Islam mengajarkan umatnya agar mengabdikan seluruh hidupnya hanya untuk beribadah kepada Allah Swt.

Islam tidak mengajarkan agar seseorang menjauhi kesenangan dan hiburan. Sebaliknya, beristirahat, mencari hiburan biasa dilakukan, namun harus sesuai dengan porsinya. Islam tidak mengharamkan hiburan sama sekali. Namun demikian, tidak semua hiburan mendapatkan tempat dalam agama Islam. Islam hanya memperbolehkan jenis-jenis hiburan yang di dalamnya terdapat unsur-unsur pendidikan, kesehatan, dan nilai-nilai moral lainnya.

⁴¹Rahmad Anhar, “Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Keterampilan Sosial Remaja Di 4 Game Centre”, Dalam *Jurnal*, *Central Library Of Maulana Malik Ibrahim State Islamic Universitas Malang*, 2014, hlm. 10.

Dalam agama Islam *game* atau permainan menjadi haram ketika ada unsur-unsur haram di dalamnya. Untuk itu, perlu diperhatikan batasan-batasan berikut ini:

- a) Memastikan bahwa materi permainan yang disajikan tidak bertentangan dengan prinsip-prinsip pokok dalam agama islam, baik diranah akidah, akhlak maupun ibdah. Hendaknya *game* tidak bertentangan pula dengan unsur-unsur kebudayaan Islam dan kebudayaan local yang telah mengakar ditengah-tengah masyarakat.
- b) Hendaknya *game* dimainkan sesuai dengan porsinya, jangan sampai hiburan menyita seluruh waktu, menghalangi dari aktifitas lainnya dan mengambil waktu-waktu belajar serta bekerja. Permainan jangan sampai melalaikan dari tugas-tugas pokoknya dalam beribadah dan dalam rumah tangga. Selain itu jangan sampai membuat orang lupa dari yang lebih penting, seperti olahraga fisik untuk menyehatkan badan, dan juga sampai seseorang terjerumus dalam kecanduan.⁴²

3. Nilai Positif dan Negatif Bermain *Game Online*

- a) Nilai positif

Kegemaran seseorang menjadi gamer sejati memang tidak terjadi begitu saja. Butuh beberapa waktu yang cukup lama agar seseorang bisa mencintai *game* kesukaannya. Namun

⁴²Fatwa Majelis Tarjih dan Tajdid , *Tentang Hukum Bermain Game Online* (Yogyakarta: Suara Muhammadiyah , 2018), hlm. 53.

para *game online* rata-rata tidak butuh waktu lama untuk mencintai *game* tersebut. Karena bermain *game online* dapat menghilangkan penat yang membebani, *game online* sendiri memang mempunyai daya tarik tersendiri yang mengasikkan seperti magnet yang bisa membuat malas untuk beralih dari layar *smartphone*. Walaupun sejenak. Para pecintanya bagaikan tersihir dan menjadi lupa segalanya. Dan yang terpenting adalah terdapatnya semacam kepuasan yang tak terkira yang hanya bisa dirasa oleh gamer tersendiri.⁴³ Nilai mata pelajar komputer paling menonjol di sekolah, artinya kebiasaan mengoperasikan komputer di warnet menyebabkan pelajar mengetahui teknik-teknik dasar dan ilmu komputer. Kebiasaan memegang keyboard juga meningkatkan kecepatan belajar dalam mengetik.⁴⁴

b) Dampak negatif

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

⁴³M. Maulana Mas'udi, *Game Online dan Dampaknya di Mahasiswa*, Al-hikmah: *Jurnal Studi Agama-Agama*, Vol. 6, No.1, 2020 (23-36), hlm. 26.

⁴⁴Ramad Nico Suryanto, "Dampak Positif dan Negatif Permainan Game Online Dikalangan Pelajar". Dalam *Jurnal Jom Fisip* Volume 2 No. 2-Oktober 2015. Di Akses 18/08/2020. Pukul. 22:01 WIB.

Dampak bagi psikologis banyaknya adegan *game online* yang memperlihatkan tindakan kriminal dan kekerasan, seperti: perkelahian, perusakan, dan pembunuhan secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar remaja bahwa kehidupan nyata ini adalah layaknya sama seperti di dalam *game online* tersebut. Ciri-ciri remaja yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh *game online*, yakni mudah marah, emosional, dan mudah mengucapkan kata-kata kotor.⁴⁵

Remaja menjadi tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari, berperilaku kompulsif, tak acuh pada sekitar, banyak meluangkan waktu untuk bermain *game online*. Hal ini tentunya mempengaruhi kegiatan sosial yang biasa dilakukan oleh kebanyakan orang lain.⁴⁶

Tidak dapat dipungkiri lagi, bahwa *game online* ini menjadikan beberapa gamer ketergantungan mempermainkannya, alasan mereka bermain *game online* ini karena *game* ini menantang, penuh strategi dan bisa dimainkan secara berkelompok. Banyak anak muda yang menyukai *game* ini, sehingga mereka lupa untuk mengerjakan tugas mereka seperti: tidak membantu orangtua, tidak melaksanakan shalat lima waktu, dan dan tidak mengerjakan tugas sekolah.⁴⁷

⁴⁵Eryzal Novrialdi,, *Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya*, Bulletin Psikologi 2019 Jurnal UGM, Vol. 27, No.2, 148-158

⁴⁶Silvia Yula Wardani, *Op. Cit.*, hlm. 72.

⁴⁷M. Maulana Mas'udi, *Op. Cit.*, hlm. 26.

4. Hakikat pertemanan dalam Al-Qur'an

Dalam Al-Qur'an banyak terdapat tema mengenai pertemanan/persahabatan, ada ayat yang berisi kiat-kiat membina, menjalin dan melanggengkan ikatan persahabat. Oleh karena itu agama Islam adalah agama yang sangat menjunjung tinggi nilai kemanusiaan. Salah satu nilai kemanusiaan itu adalah persahabatan atau pertemanan. Pada awalnya Allah SWT. Hanya menciptakan satu orang manusia saja, yakni Adam, kemudian diciptakanlah seorang sahabat atau pendamping bagi adam untuk mengobati rasa kesepian dalam kesendiriannya, yaitu Hawa. Kemudian dari sepasan sahabat itulah Allah menciptakan cinta di antara keduanya, yang kemudian melahirkan umat manusia hingga bumi penuh dengannya seperti saat ini.⁴⁸

Secara umum, orang akan merasa senang dengan banyak teman, karena manusia memang tidak bisa hidup sendiri sehingga disebut makhluk sosial. Tetapi bukan berarti bahwa seseorang boleh semaunya bergaul dengan sembarang orang menurut selera nafsunya. Sebab, teman adalah personifikasi diri. Manusia selalu memilih teman yang mirip dengannya dalam hobi, kecenderungan, pandangan, dan pemikiran. Karena itu al-Qur'an memberikan gambaran pertemanan yang baik sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Islam juga memberi batasan-batasan yang jelas soal pertemanan.

Teman memiliki pengaruh yang besar sekali. Rasulullah SAW bersabda: Artinya: telah menceritakan kepada kami Abu Amir telah menceritakan kepada kami Zuhair telah menceritakan kepadaku Musa bin Wardan dari Abu Hurairah dari Rasulullah Sallahu 'alaihi Wasallam beliau bersabda: "*Seseorang tergantung*

⁴⁸Rizem Aizid, *Sahabatmu Kekuatan Jiwamu* (Cet. I; Yogyakarta: Diva Press, 2015), hlm. 27.

pada agama teman dekatnya, maka hendaklah salah seorang dari kalian melihat siapa yang dia jadikan sebagai teman dekat.”

Makna hadis ini adalah seorang akan berbicara dan berperilaku seperti kebiasaan temannya. Karena itu Rasulullah SAW, mengingatkan agar seseorang harus cermat dalam memilih teman. Seperti mengetahui kualitas beragama dan akhlak temannya, bila ia seorang yang shalih maka ia boleh dijadikan sebagai teman namun sebaliknya, bila ia seorang yang buruk akhlaknya dan suka melanggar ajaran agama, maka ia tidak layak dijadikan teman.⁴⁹

Al-Qur'an juga menggambarkan ciri-ciri teman yang mengajak pada keburukan yaitu teman yang suka menghasut dan mengajak dalam kesesatan. Seperti dalam firman-nya Q.S al-Isra/17:73

وَإِنْ كَادُوا لَيَفْتِنُونَكَ عَنِ الَّذِي أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ لِتَفْتَرِيَ عَلَيْنَا غَيْرَهُ وَإِذَا لَا تَأْخُذُوكَ خَلِيلًا

Artinya: dan Sesungguhnya mereka hampir memalingkan kamu dari apa yang telah Kami wahyukan kepadamu, agar kamu membuat yang lain secara bohong terhadap kami; dan kalau sudah begitu tentulah mereka mengambil kamu Jadi sahabat yang setia.⁵⁰

C. Penelitian Terdahulu

Sebelum meneliti, peneliti terlebih dahulu menelaah beberapa hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Dari beberapa penelitian yang ada, terdapat beberapa penelitian mengenai kecanduan

⁴⁹Abd al-Rauf al-Manawi, Faid al-Qadir Syarh al-Jam al-Sagir, Juz VI (Mesir: Al-Maktabah al-Tijariyyah al-Kubra, T.th), hlm. 345.

⁵⁰Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, hlm. 289.

game online. Berikut ini hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya.

1. Elna Yuslimi Siregar dan Rodiatul Hasanah Siregar, (Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara) yang berjudul “penerapan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terhadap pengurangan durasi bermain games pada Individu yang mengalami *games addiction*”. Hasil Penerapan CBT pada individu yang mengalami *Games Addiction* menunjukkan perubahan yang cukup signifikan pada kognisi, emosi dan perilaku kedua partisipan. Melalui teknik *cognitive restructuring*, kognisi kedua partisipan yang terdistorsi berubah menjadi lebih rasional. Partisipan pertama mampu untuk berpikir bahwa games bukan membuat dirinya menjadi berharga tetapi semakin menjauhkan dirinya dari orang tua dan dunia nyata. Partisipan kedua mampu untuk berpikir bahwa kehebatan dan prestasi yang diperoleh bukan dari dunia nyata tetapi hanya sebatas dunia maya.⁵¹

Persamaannya dengan penelitian peneliti ialah sama-sama membahas tentang “Penerapan *cognitive behavioral therapy*” adapun perbedaannya bahwa Penelitian terdahulu meneliti tentang “penerapan *cognitive behavioral therapy* (CBT) terhadap pengurangan durasi bermain games pada individu yang mengalami *games addiction*” sedangkan masalah dalam penelitian ini adalah memfokuskan “penerapan konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah

2. Edy Purwanto dan Muhammad Japar, (Prodi Bimbingan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia) yang berjudul

⁵¹Elna Yuslimi Siregar dan Rodiatul Hasanah Siregar, “Penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games pada Individu yang Mengalami *Games Addiction*” dalam *Jurnal Psikologi*, Volume 9 Nomor, Juni 2013.

“konseling kelompok *cognitive-behavioral therapy* dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi Akademik”. Hasil peneliti ini menunjukkan bahwa konseling kelompok CBT teknik *cognitive restructuring* efektif untuk mereduksi prokrastinasi akademik. Teknik *cognitive restructuring* cocok untuk siswa laki-laki maupun perempuan. hal ini terbukti dengan tak ada perbedaan skor postes secara signifikan diantara keduanya.⁵²

Persamaannya dengan penelitian peneliti ialah sama-sama membahas tentang Konseling Kelompok *cognitive-behavioral therapy* dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi Akademik”. Adapun perbedaannya bahwa Penelitian terdahulu meneliti tentang “konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mereduksi prokrastinasi Akademik”. sedangkan keutamaan dalam penelitian ini adalah memfokuskan pada “penerapan konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah.

⁵²Edy Purwanto dan Muhammad Japar, “Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy Dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik”, dalam *Jurnal Bimbingan Konseling* (2018) di akses 20/08/2020. pukul . 15.01 WIB.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan penelitian tindakan atau *Participation Action Research*. Penelitian tindakan dapat dilakukan baik secara kelompok atau individu dengan harapan perlakuan mereka dapat ditiru untuk memperbaiki kualitas orang lain.⁵³ Penelitian yang akan dilakukan peneliti disini ialah penelitian tindakan secara individu atau *face to face*. Peneliti akan melakukan konseling individu secara *face to face* dalam memberikan bantuan ataupun nasehat terhadap remaja yang kecanduan *game online* di desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah.

B. Informan Penelitian

Informan adalah keseluruhan orang yang di data, kemudian di pecah dalam suber data sesuai dengan primer dan skunder. Untuk memperoleh data informasi maka dibutuhkan informan penelitian. Informan adalah orang yang diwawancarai, diminta informasi oleh peneliti. Jumlah informasi bukanlah kriteria utama, akan tetapi lebih ditentukan kepada sumber data yang dapat memberikan informasi.⁵⁴ Adapun informan dalam penelitian ini berjumlah dua puluh lima (25) orang.

⁵³Andi Prastowo, *Memahami Metode-Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Ar-Ruuz Media, 2014, hlm. 225-226.

⁵⁴Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 155

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah Kabupaten Padang Lawas. Waktu yang dilaksanakan peneliti selama meneliti mulai Agustus 2020 sampai dengan Desember 2020.

D. Sumber Data

Sumber data adalah individu yang menjadi responden penelitian dalam memperoleh data yang berguna untuk penelitian. Sumber data dilihat dari segi sumber perolehan data, Adapun jumlah keseluruhan remaja 88 orang dengan rincian, remaja awal 28 orang, sedangkan remaja madya berjumlah 31 orang, dan remaja akhir berjumlah 29 orang,⁵⁵ adapun jumlah gendernya yaitu 42 laki-laki dan 46 perempuan. Berdasarkan observasi peneliti mendapatkan 10 remaja yang tergolong kecanduan *game online* dengan persamaan sebagai berikut: 1) Game lebih jauh diutamakan daripada minat dan aktivitas harian lainnya, 2) Memainkan *game online* dengan lama, 3) Merasa kalau game adalah suatu cara untuk melarikan diri dari permasalahan, 4) Berbohong kepada orangtua.

Adapun sumber data yang dibutuhkan dalam penelitian ini terdiri dari dua, yaitu:

1. Sumber data primer, yakni sumber data pokok/utama yang dibutuhkan dalam penelitian. Dalam hal tersebut sumber pokok dalam mendapatkan informasi dalam penelitian ini adalah remaja yang

⁵⁵Toguan Hasibuan, Kepala Desa, *Wawancara di Desa Siolip Kabupaten Padang lawas*, tanggal 05 Maret 2020.

kecanduan *game online* yang berjumlah 5 orang (3 laki-laki dan 2 perempuan) di desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini.

2. Sumber data skunder, yaitu sumber data pendukung atau pelengkap. Sumber data skunder dalam penelitian ini adalah, yang diperoleh dari para orangtua yang memiliki remaja bermasalah, teman remaja, kepala desa, dan tetangganya.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan terhadap perbuatan atau perlakuan, kejadian atau peristiwa. Observasi yang dilakukan peneliti disini ialah observasi partisipasif, pengamat ikut serta dalam suatu kegiatan dan mengamati kegiatan atau perlakuan dan perubahan remaja.⁵⁶ Dalam hal ini penulis melakukan observasi partisipasif terhadap remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah.

2. Wawancara

Wawancara adalah pertemuan langsung dengan informan penelitian serta mengumpulkan informasi dari hasil percakapan dari informan. Wawancara dilaksanakan secara lisan dan tatap muka secara individual. Adakalanya dilakukan secara berkelompok, kalau

⁵⁶Juliansyah nor, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Pranada Media Group, 2012), hlm. 140.

memang tujuannya untuk menghimpun data dari kelompok, seperti wawancara dengan teman-teman atau keluarganya.⁵⁷

Pada pengumpulan data di lapangan yang digunakan peneliti yaitu wawancara yang terstruktur dengan panduan pertanyaan atau pedoman wawancara. Wawancara ini dilakukan dengan informan penelitian bertujuan untuk mendapatkan penjelasan mengenai remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

3. Dokumen

Merupakan sumber data yang digunakan untuk melengkapi penelitian, baik berupa sumber tertulis, film, gambar (foto), karya-karya momental yang semuanya itu memberikan informasi untuk proses penelitian.

F. Teknik Tindakan Penelitian Lapangan

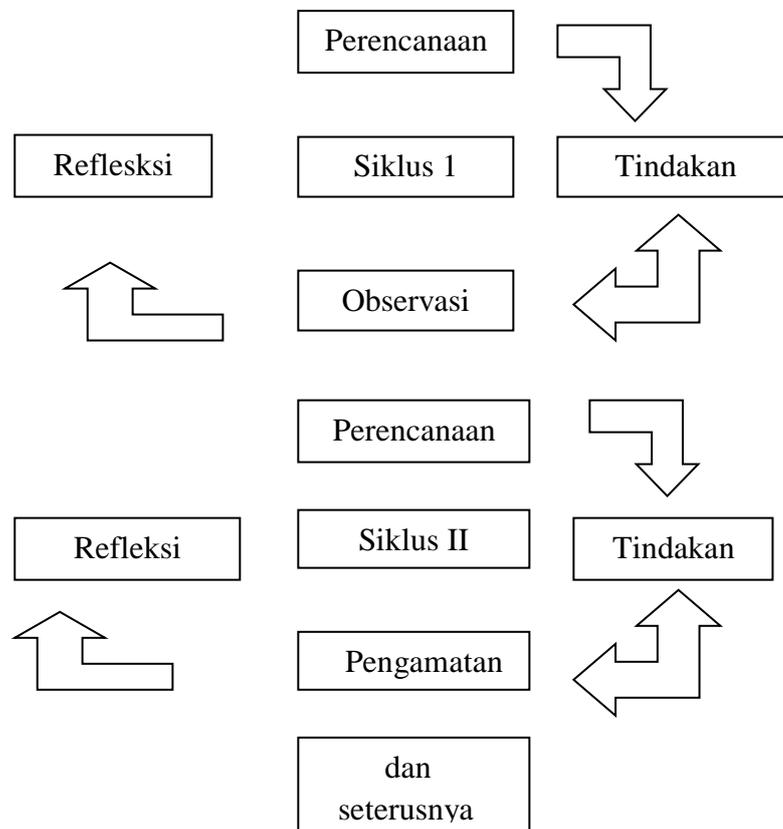
Adapun langkah-langkah penelitian tindakan ini mengikuti model Kemmis dan Teggart, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi.⁵⁸ Metode penelitian yang digunakan adalah tindakan lapangan. Metode tindakan lapangan adalah metode dengan melakukan (*Learning By Doing*), melalui sesuatu untuk memecahkan, mengamati bagaimana keberhasilan usaha mereka, jika belum berhasil, mereka akan mencoba lagi.⁵⁹

⁵⁷Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hlm. 216.

⁵⁸*Ibid.*, hlm. 234.

⁵⁹*Ibid.*, hlm. 227.

Adapun prosedur penelitian mengikuti model Kemmis dan Teggart, yaitu:



Bagan siklus perencanaan

Secara umum, prosedur atau langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan peneliti sebagai berikut:

1. Prosedur pelaksanaan siklus I

Siklus pertama dilakukan dengan sekali pertemuan (tatap muka) selama 1 jam. Adapun tahapan pada siklus pertama:

a. Perencanaan

Perencanaan dilakukan peneliti dalam memberi bimbingan terhadap remaja, yaitu:

- 1) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada remaja.
- 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah-masalah yang dihadapi remaja dalam keluarga.
- 3) Mempersiapkan materi dalam proses konseling melalui metode konseling individu sesuai yang dengan masalah yang dihadapi remaja.
- 4) Menetapkan jadwal pelaksanaan sesuai dengan jadwal libur sekolah remaja, yaitu, pada hari minggu setiap remaja mendapatkan waktu selama $\frac{1}{2}$ s/d 1 jam.

b. Tindakan

Setelah perencanaan disusun, maka langsung selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan kedalam bentuk tindakan. Tindakan yang akan dilakukan, yaitu:

- 1) Peneliti mulai menjalin hubungan terhadap remaja, serta memberikan materi menyampaikan maksud dan tujuan seperti pengertian konseling, tujuan, fungsi serta adanya asas kerahasiaan dan keterbukaan pada proses konseling.
- 2) Peneliti mulai memberikan arahan atau masukan terhadap permasalahan remaja.
- 3) Peneliti memberikan nasehat-nasehat terhadap permasalahan remaja dalam keluarga seperti pergaulan bebas akibat kurang perhatian atau kasih sayang dari kedua orangtuanya.
- 4) Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatannya.

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan terhadap remaja atau tidak.

d. Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. Jadi, jika ternyata ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai keberhasilan ataupun perubahan, maka dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki pada proses konseling individu pada siklus berikutnya.

2. Prosedur pelaksanaan siklus II

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Adapun tahap pada siklus II, yaitu:

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Melanjutkan proses konseling.
- 2) Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama

- 3) Mempersiapkan materi atau nasehat yang akan disampaikan kepada remaja seperti nilai-nilai Islam yang melarang perbuatan yang dilakukan remaja.

b. Tindakan

Setelah perencanaan ditetapkan, maka selanjutnya melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan, yaitu:

- 1) Peneliti memberikan nasehat kepada remaja dengan menghubungkan kepada nilai-nilai Islam.
- 2) Peneliti memberikan arahan tentang permasalahan remaja.
- 3) Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatannya dan apa akibat dari perbuatannya.

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat kembali perubahan terhadap remaja.

d. Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. Setelah direfleksikan akan dibandingkan dengan data observasi dan hasil perubahan pada remaja dalam kehidupan sehari.

G. Uji Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif diperlukan keabsahan data. Adapun teknik keabsahan data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah menggunakan triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan

keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lahir diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai perbandingan. Adapun langkah-langkah sebagai berikut:

1. Membandingkan hasil data pengamatan dengan hasil wawancara.
2. Membandingkan apa yang dijelaskan oleh sumber data melalui hasil wawancara dengan kenyataan yang ada.
3. Membandingkan fakta dilapangan.⁶⁰

H. Teknik Analisis Data

Data dibutuhkan secara kualitatif dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menelaah seluruh data yang dikumpulkan dari sumber data

Langkah pertama yang diperlukan terhadap berbagai jenis data dan bentuk data yang ada di lapangan kemudian melaksanakan pencatatan dilapangan.⁶¹

2. Reduksi data (*reduction data*)

Apabila langkah pertama pencarian data sudah terkumpul, maka langkah selanjutnya mereduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari temadan polanya serta membuang yang tidak perlu. Reduksi data merupakan upaya peneliti untuk memilih, memfokuskan dan mentransformasikan data yang berserakan dari catatan lapangan

⁶⁰Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2000) hlm. 134.

⁶¹*Ibid.*, hlm. 190.

3. Penyajian Data (*display data*)

Setelah data direduksi, maka akan dilanjutkan dengan penyajian data. Penyajian data merupakan upaya peneliti untuk menyajikan data sebagai suatu informasi yang memungkinkan untuk mengambil kesimpulan.

4. Kesimpulan (*conslusion*)

Kesimpulan yaitu merangkum uraian-uraian data dalam beberapa kalimat yang mengandung suatu pengertian secara singkat dan padat. Pengolahan data-data di atas menggunakan analisis kemudian didefinisikan secara sistematis yang dirumuskan sehingga masalah yang dibahas dapat dipahami menjadi suatu konsep yang utuh.⁶²

⁶²Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 247-252

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum

1. Gambaran Umum Desa Siolip

Dari hasil pengumpulan data di desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah maka dapat digambarkan secara umum tentang objek penelitian. Kegunaannya dalam rangka memperkuat data-data dalam penelitian ini. Adapun hasil dari pengumpulan data tersebut dengan menggunakan observasi dan wawancara berdasarkan informasi dari Kepala Desa dan orangtua di Desa Siolip yang dianggap akan memberikan informasi terkait dengan penelitian.

a. Letak Geografis desa Siolip

Desa Siolip adalah salah satu Desa yang terletak di kecamatan Barumun Tengah, Kabupaten padang Lawas, provinsi Sumatera Utara. Desa Siolip memiliki luas pemukiman ± 7 Ha, kondisi iklim Desa Siolip adalah memiliki kondisi iklim tropis yang memiliki curah hujan sedang, sehingga dengan demikian ada pengaruh baik buruknya terhadap penghasilan warga penduduk setempat.⁶³

Desa Siolip ini terletak di pinggir jalan yang berbatasan dengan wilayah-wilayah sebagai berikut:

- 1) Sebelah Timur berbatasan dengan desa Aek Tunjang

⁶³Toguan Hasibuan, Kepala Desa, Wawancara di Desa Siolip Pada Tanggal 23 Maret 2020

- 2) Sebelah Barat berbatasan dengan desa Pasar Binanga
- 3) Sebelah Selatan berbatasan dengan desa Gotting Julu
- 4) Sebelah Utara berbatasan dengan desa Siboris

b. Keadaan Demografis Desa Siolip

Jika dilihat dari berbagai kondisi masyarakat desa Siolip secara umum dari beberapa aspek sebagai berikut :

1) Keadaan Penduduk

Adapun jumlah penduduk Desa Siolip berjumlah 349 orang. Terdiri dari 84 Kepala Keluarga.

Tabel 1

Keadaan Penduduk Desa Siolip Berdasarkan Tingkat Usia

No	Tingkat Usia	Jumlah
1	0-5	28 Orang
2	6-11	39 Orang
3	12-18	45 Orang
4	19-21	43 Orang
5	22-50	131 Orang
6	51-60	42 Orang
7	61-ke atas	21 Orang
	JUMLAH	349 Orang

Sumber: data Administrasi Desa Siolip 2020⁶⁴

2) Keadaan Sarana Pendidikan

Dari segi lembaga pendidikan yang ada di Desa Siolip dapat dikatakan cukup memadai bagi masyarakat Desa Siolip.

⁶⁴Dokumentasi, Data Administrasi Desa Siolip, tanggal 26 Maret 2020

Tabel 2
Sarana Pendidikan di Desa Siolip

No	Jenis Sarana Pendidikan	Jlh	Status	
			Negeri	Swasta
1	PAUD	-	-	-
2	Sekolah Dasar	-	-	-
3	Sekolah Menengah Pertama	-	-	-
4	Sekolah Menengah Atas	1	1	-
	Jumlah	1	1	-

Sumber: Data Administrasi Desa Siolip 2020⁶⁵

Tabel 3
Keadaan penduduk Menurut Tingkat Pendidikan tahun 2020

No	Pendidikan	Keterangan
1	PAUD	9 Orang
2	TK	8 Orang
3	Sekolah Dasar	39 Orang
4	Sekolah Menengah Pertama	24Orang
5	Sekolah Menengah Akhir	24 Orang
6	Kuliah	32 Orang
7	Tidak Sekolah	213 Orang
	Jumlah	349 Orang

Sumber: Data administrasi Desa Siolip 2020⁶⁶

3) Mata Pencaharian

Berdasarkan data administrasi Desa Siolip Bahwa mata pencaharian penduduk desa Siolip lebih banyak petani dibandingkan dengan wiraswasta dan Pegawai Negeri Sipil (PNS), untuk lebih jelasnya perhatikan tabel berikut

⁶⁵Dokumentasi, Data Administrasi Desa Siolip, tanggal 26 Maret 2020

⁶⁶Dokumentasi, Data Administrasi Desa Siolip, tanggal 26 Maret 2020

Tabel 4
Mata Pencaharian Penduduk Desa Siolip

No	Mata pencaharian	Keterangan
1	PNS (Pegawai Negeri Sipil)	28 Orang
2	Pegawai Honorer	26 Orang
3	Wiraswasta	12 Orang
4	Petani/Pekebun	152 Orang
5	Tidak Bekerja	131 Orang
	Jumlah	349 Orang

Sumber: Data Administrasi Desa Siolip 2020⁶⁷

4) Keadaan Sosial Keagamaan

Agama merupakan kebutuhan pokok manusia, demikian juga dengan masyarakat desa Siolip Kecamatan Barumun tengah. Berdasarkan wawancara dengan kepala desa Siolip bahwasanya masyarakat desa Siolip mayoritas beragama Islam, bisa dikatakan 100% penganut agama Islam. Untuk menunjang kegiatan keagamaan di desa siolip diperlukan adanya sarana peribadatan yang memadai. Berdasarkan hasil wawancara dengan bapak Kepala Desa Siolip, bahwasanya sarana peribadatan yang ada di desa tersebut adalah sebagaimana yang terdapat pada tabel berikut :

⁶⁷ Dokumentasi, Data Administrasi Desa Siolip, tanggal 26 Maret 2020

Tabel 5
Sarana Peribadatan di desa Siolip

No	Sarana Peribadatan	Jumlah
1	Mesjid	1
2	Surau Desa Siolip	1
	Jumlah	2

Sumber: Wawancara dengan Kepala Desa Siolip⁶⁸

B. Temuan Khusus

1. Faktor yang Menyebabkan Terjadinya Kecanduan *Game Online* pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah

Game online sering memasuki dunia remaja, karena bagi mereka mengasyikkan, menyenangkan dan mempunyai dunia tersendiri. Bahkan ada yang kecanduan untuk selalu bermain *game online* hingga lupa dan tidak mempedulikan orang-orang disekitarnya. Begitu juga di desa Siolip Masih banyak remaja yang tumbuh dengan hanya menghabiskan waktu bermain dan bergaul bersama teman sebaya yang kecanduan *game online* hingga selalu melalaikan waktu belajar berharganya, seperti menggunakan *game online* sehingga mengakibatkan remaja kesulitan berinteraksi dan menjalin hubungan positif dengan orang lain juga menghambat perkembangan emosional.

⁶⁸Toguan Hasibuan, Kepala Desa, Wawancara Di Desa Siolip Pada Tanggal 26 Maret 2020

Faktor-faktor penyebab terjadinya kecanduan *game online* pada remaja di desa Siolip yaitu :

a. Kurangnya perhatian

Dengan demikian perlu mengategorikan penyebab masalah dari faktor yang bersifat individu. Berdasarkan observasi peneliti, penyebab remaja berperilaku menyimpang atau beresiko yang didasarkan kurangnya perhatian keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di lokasi Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah sebagai berikut.

Sebagaimana wawancara dengan saudari Siti Hamidah sebagai remaja yang kecanduan *game online*, yaitu :

“saya sudah kecanduan *game online*. Sejak 3 bulan yang lalu, karena kurangnya perhatian dari orangtua yang terlalu sibuk dengan pekerjaannya. Memang, terkadang orangtua saya menasehati saya, tapi saya merasa mereka lebih mementingkan pekerjaan daripada memperhatikan saya”⁶⁹

Seiring wawancara dengan saudara Nanda, ia mengatakan bahwa :

“Saya sudah kecanduan *game online*, mungkin sudah lama. Kurang lebih dua bulan yang lalu. Orangtua saya selalu membiarkan saya ketika bermain *game online*, tanpa menegur atau menasihati saya. Paling saya dipanggil ketika makan, atau pun ada keperluan lain. Dan kemudian mereka sibuk dengan pekerjaannya”.⁷⁰

⁶⁹Hasil wawancara, saudari Siti Hamidah, kecanduan *game online*, pada tanggal 21 Agustus 2020.

⁷⁰Hasil wawancara, saudari Nanda, kecanduan *game online*, pada tanggal 21 Agustus 2020.

Wawancara dengan ibu Yus orangtua dari saudara

Nanda, ia mengatakan bahwa :

“anak saya tidak lagi sering, akan tetapi sudah kecanduan *game online*. Mungkin dua atau tiga bulan yang lalu, dalam satu hari anak saya melakukan *game online* kurang lebih 12 jam. Memang dulu saya kurang perhatian hingga anak saya kecanduan sampai sekarang. Saya kasihan dengannya, karena setiap ia selesai bermain *game online*” mata anak saya merah dan ia sering lupa melakukan aktivitas yang lain.”⁷¹

Wawancara dengan Ibu Halimah sebagai tetangga, ia

mengatakan bahwa :

“saudara nanda sudah kecanduan *game online*. Ia sering nongkrong di warung kopi saya sambil bermain *game online* bahkan berjam-jam, sehingga orang tuanya memanggilnya, tapi ia tidak memperdulikan.”⁷²

Dari hasil wawancara di atas, sesuai dengan observasi peneliti. Salah satu faktor penyebab remaja yang kecanduan *game online* adalah kurangnya perhatian orangtua dan orang-orang yang ada disekitarnya. Orangtua yang terlalu sibuk dengan pekerjaannya hingga ia tidak memperdulikan kegiatan-kegiatan anaknya di rumah atau diluar rumah.⁷³

b. Faktor Pertemanan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di lokasi Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah sebagai berikut.

⁷¹ Hasil wawancara, ibu Yus orangtua dari saudara nanda, pada tanggal 21 Agustus 2020.

⁷² Hasil wawancara, ibu Halimah sebagai tetangga, pada tanggal 21 Agustus 2020.

⁷³ Obervasi, di Desa Siolip, pada tanggal 29 Agustus 2020.

Sebagaimana wawancara dengan saudari Alya Nabila

Daulay sebagai remaja yang kecanduan *game online*, yaitu :

“Awalnya saya bermain *game online* dengan menggunakan hp android yang dimiliki teman, sehingga lama kelamaan saya jadi kecanduan bermain *game online* dan akhirnya saya ingin memiliki hp android pribadi, dan saya pun meminta orang tua untuk membelikan hp android yang baru.”⁷⁴

Wawancara dengan saudari Angga Lestari Daulay

sebagai remaja yang kecanduan *game online*, yaitu :

“bahwasanya saya pada awalnya hanya melihat teman-teman yang bermain *game online*, dan saya pun penasaran dengan permainan game yang sering dilakukan teman-teman di sekeliling, pada awalnya saya bermain *game online* dengan menggunakan hp milik teman. Karena ketagihan bermain *game online* saya pun mendownload aplikasi *game online* melalui play store.”⁷⁵

Berbeda dengan wawancara dengan ibu Fatimah

orangtua dari saudari Sania Marito, ia mengatakan bahwa :

“anak saya sudah lama bermain *game online*. Anak saya terlalu mengikuti pergaulan yang kurang baik, sehingga ia terikut-ikut dengan mereka. Sering begadang sampai larut lama, ya salah satunya karena ia mengikut-ikuti teman-teman yang kecanduan *game online*”.⁷⁶

Seiring dengan wawancara dengan Ibu Siska, sebagai

tetangga, ia mengatakan bahwa :

“Menurut saya, remaja sudah banyak yang kecanduan *game online*, Alasannya kenapa mereka kecanduan *game online*, karena terpengaruh dengan teman dekatnya. Orangtua mereka

⁷⁴ Hasil wawancara, saudari Alya Nabila Daulay, Kecanduan *Game Online* pada tanggal 23 Agustus 2020

⁷⁵ Hasil wawancara, saudari Angga Lestari Daulay, Kecanduan *Game Online* pada tanggal 23 Agustus 2020

⁷⁶ Hasil wawancara, ibu Fatimah orang tua dari saudari Sania Marito, pada tanggal 23 Agustus 2020.

sudah menegurnya, bahkan sudah memarahinya, tetapi mereka lebih memilih bermain *game online*.⁷⁷

Sering dengan hasil wawancara di atas, sesuai dengan observasi peneliti bahwa remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip dikarenakan faktor pertemanan. Remaja yang sudah terpengaruh dengan temannya akan mudah melakukan pekerjaan yang sama-sama disukai, contohnya bermain *game online* bersama-sama, begadang bersama dan bahkan kemana-mana harus bersama.⁷⁸

c. Penghilang Stres

Tingkat stres pada remaja terbanyak adalah tingkat stres ringan. Bagi remaja bermain *game online* adalah salah satu penghilang stres yang menyenangkan dan bisa menjadi hobi.

Sebagaimana wawancara dengan Maruba, ia mengatakan bahwa :

“Menurut saya, bermain *game online* itu bias menghilangkan stres bagi saya. Meski itu bersifat sementara saya merasa lega. Sehingga sampai sekarang saya kecanduan *game online*. Ya salah satu tujuannya untuk menghilangkan stres ataupun pusing”.⁷⁹

Seiring wawancara dengan saudara Candra, ia mengatakan bahwa:

“Saya sudah lama kecanduan *game online*, karena terikut-ikut teman dan untuk menghilangkan stres juga. Saya terkadang

⁷⁷ Hasil wawancara, ibu Siska sebagai tetangga, pada tanggal 23 Agustus 2020.

⁷⁸ Obervasi, di Desa Siolip, pada tanggal 29 Agustus 2020

⁷⁹ Hasil wawancara, dengan saudara Maruba, desa Siolip, pada tanggal 24 Agustus 2020.

pusing dengan masalah pekerjaan rumah dari sekolah, untuk menghilangkannya saya bermain *game online*".⁸⁰

Berbeda dengan hasil wawancara saudara Parta, ia mengatakan bahwa :

“Saya sering bermain *game online*, saya bermain *game online* hanya ketika saya merasa stres. Karena saya merasa, ketika saya bermain *game online* stres saya jadi hilang. Ketika stres saya berkelanjutan, bisa saja saya bermain *game online* juga berkelanjutan, hingga akhirnya saya bergantung pada *game online*”.⁸¹

Seiring wawancara dengan ibu Siti orangtua dari saudari Hamidah, ia mengatakan:

“Anak saya sering sekali bermain *game online*. Ketika pulang dari sekolah, ia langsung bermain *game online* di kamarnya. Saya perhatikan setiap hari selalu begitu, ketika ia merasa pusing karena tugas-tugas dan pekerjaan rumah (PR) dari sekolah, ia akan bermain *game online* untuk menghilangkan stresnya”.⁸²

Seiring dari wawancara di atas, sesuai dengan hasil observasi peneliti bahwa remaja di Desa Siolip akan bermain *game online* ketika mereka merasa pusing atau stres karena tugas-tugas yang menumpuk dan pekerjaan rumah (PR) yang diberikan kepada mereka atau stres karna pekerjaan lain, karena remaja selalu berkelanjutan bermain *game online* untuk menghilangkan stres, hingga akhirnya mereka kecanduan atau bergantung bermain *game online*.⁸³

⁸⁰ Hasil wawancara, dengan saudara Chandra, desa Siolip, pada tanggal 24 Agustus 2020.

⁸¹ Hasil wawancara, saudara Parta, desa Siolip, pada tanggal 25 Agustus 2020.

⁸² Hasil wawancara, ibu Siti orangtua dari saudari Hamidah, desa Siolip, pada tanggal 25 Agustus 2020.

⁸³ Observasi, di Desa Siolip, pada tanggal 30 Agustus 2020.

Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian tindakan lapangan yang dilaksanakan di Desa Siolip Kec. Barumun Tengah. Sebelum peneliti melakukan tindakan lapangan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi untuk mengetahui penyebab perilaku remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip. Berikut tabel nama-nama remaja dan penyebab remaja kecanduan *game online*.

Tabel 6
Remaja yang kecanduan *game online*

No	Nama Remaja	Indikator Perilaku		
		Kurangnya perhatian	Faktor pertemanan	Penghilang stress
1.	Riski	✓	✓	✓
2.	Alya Nabila	✓	✓	✓
3.	Sania Marito	✓	✓	✓
4.	Nanda Nasution	✓	✓	✓
5.	Chanra	✓	✓	✓
Jumlah		5 Orang	5 Orang	5 Orang

2. Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) adalah konseling yang bertujuan untuk mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tumbuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti akan melakukan tindakan lapangan yang bertujuan untuk mengajak individu untuk mengubah pola pikir dan perilaku sehingga tumbuh lebih baik, dengan melakukan siklus yang sudah ditentukan sebagai berikut:

a. Siklus I

1. Pertemuan pertama

Siklus pertama dilakukan dengan konseling individual, sekali pertemuan dalam satu minggu (tatap muka) selama ½ s/d 1 jam. Adapun tahapan pada siklus pertama :

a) Tahap perencanaan

Perencanaan adalah penyusunan atau suatu tindakan yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan atau mengubah perilaku dan sikap yang diinginkan sebagai solusi dari permasalahan. Perencanaan ini bersifat

fleksibel dalam artian dapat berubah sesuai dengan kondisi yang ada.

Perencanaan yang dilakukan peneliti dalam memberi bimbingan/nasehat terhadap remaja yang kecanduan *game online*, yaitu :

- 1) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada remaja yaitu untuk merubah perilaku kecanduan *game online* dan dapat menjalankan peran sebagai remaja secara positif.
- 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah-masalah yang dihadapi remaja yang kecanduan *game online*.
- 3) Mempersiapkan materi dalam proses konseling melalui metode konseling individu yang sesuai dengan masalah yang dihadapi remaja.
- 4) Menetapkan jadwal pelaksanaan sesuai dengan jadwal libur sekolah remaja, yaitu, pada hari minggu setiap remaja mendapatkan waktu selama ½ s/d 1 jam untuk menerima motivasi dari peneliti.

b) Tindakan

Tindakan adalah menyangkut apa yang dilakukan oleh peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan tindakan dan didasarkan pada teori.

Setelah perencanaan disusun, maka langsung selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan kedalam bentuk tindakan. Tindakan yang akan dilakukan, yaitu :

- 1) Peneliti mulai menjalin hubungan yang positif terhadap remaja, kemudian memberikan materi dan menyampaikan maksud dan tujuan seperti pengertian konseling, tujuan, fungsi serta adanya asas kerahasiaan dan keterbukaan pada proses konseling.
- 2) Peneliti mulai memberikan arahan atau masukan terhadap permasalahan remaja. Khususnya tentang kecanduan *game online*.
- 3) Peneliti mulai memberikan materi konseling

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan terhadap remaja atau tidak.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka setelah dua hari kemudian akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. Seperti memahami dampak bermain *game online* dan akibat kecanduan *game online* Jadi, jika ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai

keberhasilan maupun perubahan, maka dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki pada proses konseling individu pada siklus berikutnya.

Untuk menentukan hasil persentase dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan *game online* dengan cara.

Tabel 7
Hasil Penerapan Siklus I pertemuan I

No	Nama	Mendeng arkan	Memahami/ Mengetahui	Menjelas kan	Perubahan pertemuan
1.	Riski	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitive
2.	Alya Nabila	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitive
3.	Sania Marito	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitive
4	Nanda Nasution	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitive
5	Chanra	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitive

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus I pertemuan I, perubahan remaja belum terlihat, untuk mengetahui perubahan remaja bermain *game online* peneliti membutuhkan penerapan konseling selanjutnya. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan konseling siklus I pertemuan II.

2. Pertemuan kedua

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Adapun tahap pada siklus II, yaitu:

a) Tahap Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap remaja adalah sebagai berikut :

- 1) Melanjutkan proses konseling.
- 2) Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama.
- 3) Peneliti menyimpulkan hasil observasi

b) Tindakan

Setelah perencanaan ditetapkan, maka selanjutnya melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan, yaitu:

- 1) Peneliti menanyakan kembali kabar remaja, dan menggali masalah-masalah remaja dalam kecanduan *game online*.
- 2) Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatannya dan apa akibat dari perbuatannya

3) Peneliti melakukan proses konseling dengan menyampaikan materi yang sudah disiapkan peneliti terhadap remaja

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat kemauan remaja dalam mengikuti konseling.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. Setelah direfleksikan akan dibandingkan dengan data observasi dan hasil perubahan pada remaja dalam kehidupan sehari.

Untuk menentukan hasil persentasi dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan *game online* dengan cara:

Tabel 8

Hasil Penerapan Siklus I pertemuan II

No	Nama	mendengarkan	Menjelaskan	Memahami/Mengetahui	Perubahan pertemuan
1.	Riski	✓	✓	✓	Pola pikir/cognitive
2.	Alya Nabila	✓	✓		Pola pikir/cognitive
3.	Sani Marito	✓		✓	Pola pikir/cognitive
4	Nanda Nasutio	✓	✓	✓	Pola pikir/cognitive

	n				
5	Chanra	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitive

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus I pertemuan II, perubahan remaja setelah satu minggu dilakukan konseling. Perubahan remaja yang kecanduan *game online* sudah mulai terlihat, 1) Remaja mulai memahami/mengetahui bahayanya *game online* (kecanduan), 2) Remaja membandingkan dirinya dengan remaja yang tidak kecanduan *game online*.

b. Siklus II

1) Pertemuan pertama

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditinkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. pertama dilakukan dengan konseling individual, sekali pertemuan dalam satu minggu (tatap muka) selama ½ s/d 1 jam. Adapun tahapan siklus II ini yaitu:

a) Tahap Perencanaan

Perencanaan dilakukan peneliti dalam memberi bimbingan terhadap remaja, yaitu :

1. Peneliti mempersiapkan pembicaraan awal terhadap remaja.

2. Peneliti mempersiapkan pertanyaan kepada remaja tentang perubahan remaja kecanduan *game online*.
3. Peneliti menjelaskan kembali materi selanjutnya
4. Peneliti menanyakan kepada remaja tentang perubahan permasalahan remaja

b) Tindakan

Setelah perencanaan disusun, maka langsung selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan kedalam bentuk tindakan. Tindakan yang akan dilakukan, yaitu :

1. Peneliti menanyakan kembali kabar remaja.
2. Peneliti mulai menanyakan kembali mengenai perubahan kecanduan *game online* terhadap remaja.
3. Peneliti melakukan konseling dengan memberikan tambahan materi sesuai masalah yang dialami.

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan terhadap remaja atau tidak.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. Jadi, jika ternyata ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai

keberhasilan maupun perubahan, maka dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki pada proses konseling individu pada siklus berikutnya.

Untuk menentukan hasil persentase dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan *game online* dengan cara:

Tabel 9

Hasil Penerapan Siklus II pertemuan I

No	Nama	Mendengarkan	Mengetahui/ Memahami	Menjelaskan	Perubahan Pertemuan	Perubahan Behavior
1.	Riski	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
2.	Alya Nabila	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
3.	Sania Marito	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
4	Nanda Nasution	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
5	Chanra	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus II pertemuan I, perubahan remaja setelah satu minggu dilakukan konseling pada siklus II pertemuan I. Perubahan remaja pada siklus II pertemuan I yang kecanduan *game online* sudah mulai terlihat yaitu: 1) Remaja mulai memahami/menyadari kesalahan yang dibuat, 2) Remaja

mampu membandingkan sikap orang yang kecanduan *game online* dengan sikap yang tidak kecanduan *game online*, 3) Remaja mulai mengatur waktunya, 4) Untuk meningkat kembali perubahan remaja yang kecanduan *game online*, peneliti akan melakukan siklus II pertemuan II.

2) Pertemuan kedua

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu : perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Adapun tahap pada siklus II, yaitu :

a) Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap remaja adalah sebagai berikut:

1. Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama.
2. Mempersiapkan kembali materi yang akan disampaikan kepada remaja mengenai indahny kehidupan apabila kita mencapai sesuatu yang kita inginkan (positif) seperti, bisa membahagiakan kedua orang tua ketika kita mendapat nilai yang bagus.

b) Tindakan

Setelah perencanaan ditetapkan, maka selanjutnya melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan, yaitu :

1. Peneliti menanyakan kembali kabar remaja, dan menggali masalah-masalah remaja dalam kecanduan *game online*.
2. Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatan dan apa akibat dari perbuatannya.
3. Peneliti menyampaikan materi yang sudah dipersiapkan terhadap remaja.

c) Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan peneliti. Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja dengan peneliti berikan bertujuan untuk melihat keadaan suami dalam kegiatan penerapan layanan konseling individu.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. Setelah direfleksikan akan dibandingkan dengan data observasi dan hasil perubahan pada remaja dalam kehidupan sehari.

Untuk menentukan hasil persentase dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan *game online* dengan cara:

Tabel 10
Hasil Penerapan Siklus II pertemuan II

No	Nama	Mendengarkan	Mengetahui/ Memahami	Menjelaskan	Perubahan Pertemuan	Perubahan Behavior
1.	Riski	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
2.	Alya Nabila	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
3.	Sania Marito	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
4	Nanda Nasution	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku
5	Chanra	✓	✓	✓	Pola pikir/ cognitif	Sikap/ Perilaku

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus II pertemuan II, perubahan remaja setelah satu minggu dilakukan konseling pada siklus II pertemuan II. Perubahan remaja pada siklus II pertemuan II yang kecanduan *game online* ialah: 1) Remaja mulai menyimpulkan masalah yang dilakukannya, 2) Remaja mampu mengidentifikasi hal-hal yang sulit dicapai dengan adanya gangguan kecanduan *game online*, 3) Remaja mulai merancang aktivitas-aktivitas yang pernah

diabaikan (positif), 4) Remaja mulai berinteraksi seperti remaja yang biasa (tidak kecanduan *game online*), contoh: mulai berkawan dengan remaja yang tidak kecanduan *game online*, membagi waktu bersama keluarga, mengisi waktu kosong dengan hal-hal positif (membantu orangtua, mengerjakan tugas sekolah, mengerjakan ibadah Shalat, mengontrol waktu bermain game)

3. Hasil Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah.

Untuk melihat keberhasilan penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja di Desa Siolip, peneliti melakukan observasi dan wawancara kembali kepada remaja dan orangtua remaja dan tetangganya. Oleh karena itu, berdasarkan observasi dan wawancara dengan remaja dan orangtua remaja diketahui keberhasilan penerapan konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) terhadap remaja yang kecanduan *game online*, yaitu

Hasil wawancara kepada Maruba, ia mengatakan bahwa :

“setelah saya di konseling dengan materi-materi yang diberikan, saya mulai mengalami perubahan dengan kecanduan *game online*, sebelum saya dikonseling saya bermain *game online* hampir 12 jam dalam satu hari, dan

setelah saya dikonseling saya memiliki perubahan hanya 5 jam dalam sehari”.

Hasil wawancara dengan Ardiansyah, ia mengatakan bahwa:

“saya belum pernah mengikuti konseling sebelumnya, menurut saya dengan diadakan konseling terhadap kami remaja yang kecanduan *game online* sangat baik karena kami mendapatkan nasehat dapat mengarahkan kami ke arah yang lebih baik termasuk saya”.

Hasil wawancara dengan Chanra, ia mengatakan bahwa :

“menurut saya, konseling adalah suatu kegiatan yang baik. Karena sebelumnya saya melalaikan waktu dengan bermain *game online* berjam-jam. Sekarang saya, memanfaatkan waktu dengan kegiatan-kegiatan yang baik, sehingga saya terkadang lupa bermain *game online*”.

Wawancara dengan ibu Aslamiah, orangtua dari saudara

Chanra, ia mengatakan bahwa :

“setelah anak saya mengikuti konseling, saya melihat ada perubahan pada kecanduan *game online*. Sebelum dikonseling ia selalu tidak mendengarkan, tidak mau diganggu ketika ia bermain *game online*. Tapi sekarang setidaknya dia mau mendengarkan apa yang saya katakan”.

Hasil wawancara dengan Sania Marito, ia mengatakan

bahwa:

“saya idak tahu apa itu konseling, tetapi dengan konseling yang telah saya ikuti membuat saya berubah. Kecanduan *game online* adalah kegiatan saya setiap hari. Tetapi setelah saya mengikuti konseling, saya sadar bahwa bermain *game online* berjam-jam dalam sehari dapat merugikan saya karena telah melalaikan waktu”.

Wawancara dengan ibu Tinur, orangtua dari saudari Angga

Lestari, ia mengatakan bahwa :

“menurut saya remaja di Desa ini, sudah banyak yang kecanduan *game online* termasuk anak saya. Tetapi setelah mereka mengikuti konseling, saya melihat sudah berkurang. Anak saya yang tiada hari tanpa bermain *game online* sudah

berubah. Sebelum mengikuti konseling ia selalu bermain *game online* dengan kawan-kawannya, dan tidak mau mengerjakan pekerjaan di rumah. Tetapi setelah mengikuti konseling, dia sudah mau membersihkan rumah, seperti menyapu, mencuci baju dan piring”.

Hasil wawancara dengan Alya Nabila, ia mengatakan bahwa:

“saya sangat senang diadakannya konseling. Karena saya dan teman-teman saya, saya lihat sudah mulai berkurang dalam bermain *game online*. Dengan nasehat-nasehat bahwa bermain *game online* adalah sangat melalaikan waktu dan sangat tidak bermanfaat, membuat kami sadar akan hal itu”.

Wawancara dengan saudara Menek, sebagai tetangga mengatakan bahwa :

“Saya melihat remaja sangat sering bermain *game online*, mereka buat tempat-tempat nongkrong untuk bermain *game online* setiap hari. Tetapi setelah mereka mengikuti konseling, sudah ada perubahan terhadap remaja. Remaja sudah sedikit lagi yang berkumpul-berkumpul bermain *game online*”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja, orangtua dan tetangga di atas, sesuai dengan hasil observasi peneliti bahwa remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip sudah ada perubahan atau sudah sedikit lagi. Remaja yang biasanya berkumpul-berkumpul bermain *game online* sambil nongkrong sudah sedikit lagi, remaja yang tidak mau mengerjakan pekerjaan rumah dan melalaikan waktu, sudah mau memanfaatkan waktu dengan kegiatan-kegiatan yang baik.

Berikut tabel hasil perubahan remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip Kec. Barumon Tengah, mulai dari siklus I sampai siklus II dengan cara : jumlah remaja X 100% : 10 informan.

Tabel 11
Hasil rekapitulasi perubahan siklus I dan siklus II

No	Indikator remaja kecanduan <i>game online</i>	Siklus					Hasil akhir perubahan
		Pra Siklus	Siklus I pertemuan I	Siklus I pertemuan II	Siklus II pertemuan I	Siklus II pertemuan II	
1	Kurangnya perhatian orangtua	5 Remaja 100%	5 Remaja 100%	4 Remaja 80%	3 Remaja 60%	2 Remaja 20%	3 Remaja 60%
2	Faktor pertemanan	5 Remaja 100%	5 Remaja 100%	3 Remaja 60%	2 Remaja 40%	1 Remaja 20%	4 Remaja 80%
3	Penghilang stres	5 Remaja 100%	5 Remaja 100%	4 Remaja 80%	3 Remaja 60%	1 Remaja 20%	4 remaja 80%

Berdasarkan tabel di atas, menjelaskan bahwa setelah peneliti melakukan penerapan konseling terhadap remaja mulai dari siklus I pertemuan I, pertemuan II dan siklus II pertemuan I, pertemuan II remaja sudah berubah. Remaja yang kecanduan *game online* yang disebabkan kurangnya perhatian orangtua awalnya 5 remaja (100%), setelah di konseling sudah berubah (60%), remaja yang kecanduan *game online* yang disebabkan faktor pertemanan awalnya 5 remaja (100%) setelah di konseling sudah berubah (80%)

dan remaja yang kecanduan *game online* penghilang stress awalnya 5 remaja (100%) setelah di konseling sudah berubah (80%).

C. Analisa Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di Desa Siolip, Kecamatan Barumun Tengah Kabupaten Padang Lawas masih memiliki perilaku kesulitan berinteraksi dan menjalin hubungan positif dengan orang lain dan bisa juga menghambat perkembangan emosional, perilaku berlebihan ketika melakukan *game online*, perilaku maladaptif yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.

Beberapa remaja yang kecanduan *game online* disebabkan kurangnya perhatian, faktor pertemanan dan penghilang stres sudah berubah setelah dilakukannya konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) yang bertujuan untuk mengajak individu belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tumbuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat.

Penerapan konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dilakukan dengan 2 siklus, tiap-tiap siklus memiliki 2 pertemuan. Perubahan remaja yang kecanduan *game online* tidak langsung berubah, dan membutuhkan waktu secara bertahap-tahap. Dari proses konseling peneliti memberikan materi-materi tentang hal-hal buruk yang akan ditimbulkan dari bermain *game online* seperti *mobile legend*, *free fire*, *poker*, *PUBG* bisa membuat remaja terbiasa berkata-kata kotor,

berbohong kepada orangtua. Kemudian setiap pertemuan peneliti mengamati perilaku remaja bertujuan untuk menilai perubahan remaja yang kecanduan *game online*.

Hasil penelitian setelah dilakukannya konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) menunjukkan bahwa remaja mulai dari siklus I pertemuan I, pertemuan II dan siklus II pertemuan I, pertemuan II remaja sudah berubah. Remaja yang disebabkan kurangnya perhatian orangtua awalnya 5 remaja setelah di konseling tinggal menjadi 2 remaja, remaja yang disebabkan faktor pertemanan 5 remaja setelah di konseling tinggal 1 remaja, dan penghilang stress awalnya 5 remaja tinggal menjadi 1 remaja. Oleh karena itu, penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) yang dilakukan terhadap remaja yang kecanduan *game online* tidak sepenuhnya berhasil, karena masih ada remaja yang belum berubah.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilaksanakan penelitian dan pembahasan dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Faktor yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* pada remaja di desa siolip yaitu: kurangnya perhatian dari orangtua, faktor teman sebaya, dan penghilang stres.
2. Penerapan konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) dalam mengatasi kecanduan *game online* pada remaja di desa siolip, peneliti melaksanakan konseling individu dengan 2 siklus yang terdiri dari siklus 1 dengan 2 pertemuan, dan siklus 2 dengan 2 pertemuan.
3. Hasil penerapan konseling *cognitive behavioral therapy* (CBT) yang dilakukan peneliti dari siklus I pertemuan I sampai siklus II pertemuan II yaitu : remaja yang kecanduan *game online* yang disebabkan kurangnya perhatian orangtua awalnya 5 remaja (100%) setelah dikonseling sudah berubah 3 remaja (60%), remaja yang kecanduan *game online* yang disebabkan faktor pertemanan awalnya 5 remaja (100%), setelah dikonseling sudah berubah 4 remaja (80%), remaja yang kecanduan *game online* yang disebabkan penghilang stress

awalnya 5 remaja (100%), setelah dikonseling sudah berubah 4 remaja (80%).

B. Saran-saran

1. Remaja

- a) Diharapkan kepada remaja agar pandai-pandai dalam memilih teman bergaul. Bermain *game* sebenarnya tidak dilarang, tetapi remaja harus bisa mengontrol waktu dan menempatkan prioritas sebagai anak dan pelajar.
- b) Diharapkan kepada remaja lebih memadatkan aktivitas yang bermanfaat. seperti membaca buku, berolahraga dan berorganisasi yang positif.

2. Orangtua

- a) Diharapkan kepada kedua orangtua lebih mengawasi anaknya agar tidak kecanduan *game online* dengan mengisi waktu yang kosong seperti membantu orangtua, membaca buku.
- b) Diharapkan kepada orangtua agar lebih perhatian kepada anaknya.

3. Tokoh masyarakat

Diharapkan agar membuat kegiatan-kegiatan remaja yang bermanfaat, seperti perlombaan olahraga dan pelatihan yang bermanfaat untuk kemandirian masa depan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd al-Rauf al-Manawi, Faid al-Qadir Syarh al-Jam al-Sagir, Juz VI
Mesir: Al-Maktabah al-Tijariyyah al-Kubra, T.th
- Andi Prastowo, *Memahami Metode-Metode Penelitian*, Yogyakarta: Ar-Ruuz
Media, 2014
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta: Balai Pustaka, 2000
- Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*
Jakarta: Balai Pustaka, 2000
- Dewi Khurun Aini, “Penerapan Cognitive Behaviour Therapy dalam
Mengembangkan Kepribadian remaja di Panti Asuhan”. *Jurnal Ilmu*
Dakwah Volume 39, No. 1, 2019
- Diane E. Papalia, *Human Development Psikologi Perkembangan*, Jakarta,
Kencana 2011
- Dona Febriandari, Fatra Anis Nauli, Siti Rahmalia HD, “Hubungan
Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja”.
Dalam *Jurnal*, Keperawatan Jiwa, Vol. 4 No. 1 (Mei 2016), hlm. 50.
diakses 06/12/2019. Pukul. 14.36 WIB
- Edy Purwanto dan Muhammad Japar, “Konseling Kelompok
Cognitive Behavioral Therapy Dengan Teknik Cognitive
Restructuring untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik”,
dalam *Jurnal Bimbingan Konseling* (2018) di akses 20/08/2020.
pukul . 15.01 WIB
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang
Rentang Kehidupan*, edisi kelima, Jakarta: Erlangga 1980
- Elna Yuslaini Siregar dan Rodiatul Hasanah Siregar, “Penerapan
Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan
Durasi Bermain Games pada Individu yang Mengalami
Games Addiction” dalam *Jurnal Psikologi*, Volume 9 Nomor,
Juni 2013
- Eny Kusumawati, *Problematika Remaja Dan Faktor Yang Mempengaruhi*,
Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling) Vol.
1 No.1 (Mei 2017) Online ISSN 2580-216X

- Eryzal Novrialdi,, *Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya*, Bulletin Psikologi 2019 Jurnal UGM, Vol. 27, No.2, 148-158
- Fatwa Majelis Tarjih dan Tajdid, *Tentang Hukum Bermain Game Online* Yogyakarta: Suara Muhammadiyah , 2018
- Fibriana Miftahus Sa'adah dan Imas Kania Rahman, "Konsep Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Dengan Pendekatan Islam Untuk Meningkatkan Sikap Al-Truisme Siswa". Dalam *Jurnal Hisbaih*, Vol, 12, No. 2 Desember 2015
- Juliansyah nor, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Pranada Media Group, 2012
- Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*
- Lahmuddin, *Bimbingan Konseling Islam*, Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* Bandung: Remaja Rosda Karya, 2000
- M. Maulana Mas'udi, *Game Online dan Dampaknya di Mahasiswa*, Al-hikmah: *Jurnal Studi Agama-Agama*, Vol. 6, No.1, 2020 (23-36)
- Muhammad Ali & Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2011
- Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2013
- Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011
- Pilpala, Triharim, Pengembangan Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Pengelolaan Diri Pada Remaja yang Kecanduan game online. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, Volume 1, 2013. Diakses 05/12/2019 pukul 13.35 Wib.
- Pilpala, Triharim. Pengembangan Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Pengelolaan Diri Pada Remaja yang Kecanduan game online. *Dalam Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, Volume 1. 2013. Di akses 06/12/2019. Pukul. 15.01 Wib
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2018

- Rahmad Anhar, "Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Keterampilan Sosial Remaja Di 4 Game Centre", Dalam *Jurnal, Central Library Of Maulana Malik Ibrahim State Islamic Universitas Malang*, 2014
- Rahmad Anhar, "Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Keterampilan Sosial Remaja Di 4 Game Centre", *Dalam Jurnal, Central Library Of Maulana Malik Ibrahim State Islamic Universitas Malang*, 2014
- Ramad Nico Suryanto, "Dampak Positif dan Negatif Permainan *Game Online* Dikalangan Pelajar". Dalam *Jurnal Jom Fisip Volume 2 No. 2-Oktober 2015*. Di Akses 18/08/2020. Pukul. 22:01 WIB.
- Renni Kurniati, "Evektivitas Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Penggunaan Smartphon Secara Berlebihan Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Bandar Lampung" (*Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan*, 2019)
- Rizem Aizid, *Sahabatmu Kekuatan Jiwamu* Cet. I; Yogyakarta: Diva Press, 2015
- Sanditaria, W. Adiksi Bermain *Game Online* pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia *Game Online*, Jatinangor Sumedang, 2012. *Students E-Journal*, 1, Diakses 05/12/2019 Pukul 13.40 Wib.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2017
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006
- Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006
- Syamsul Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006
- Tim Penyusun Kamus pusat pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai pustaka, 1995
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015
- Wahab, *Manajemen Personalia* Bandung: Sinar Harahap, 1990
- Yahya AD dan Megalia, Pengaruh Konsing *Kognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dengan teknik *Self Control* untuk mengurangi perilaku Agresif, *Jurnal Bimbingan Konseling*, vol. 03 no. 2, 2016, diakses 4 Maret 2020 pukul: 11.29 WIB

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. DATA MAHASISWA

Nama : Rizkia Novrida Hasibuan
Tempat/tgl lahir : Siolip/ 08 November 1997
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat : Siolip

2. DATA ORANGTUA

Nama Ayah : Toguan Hasibuan
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Siti Emma Harahap
Pekerjaan : Petani
Alamat : Siolip

3. DATA PENDIDIKAN

- a. SD Negeri 0202 Pasar Binanga Tahun 2009/2010
- b. MTs.S Annidhom Bulu Dua Tahun 2012/2013
- c. SMK.S Zakiyun Najah Serdang Bedagai Tahun 2015/2016
- d. IAIN Padangsidempuan Tamat Tahun 2020/2021

Lampiran I

PEDOMAN OBSERVASI

Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan dalam penelitian yang berjudul: **Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.** Maka penelitian ini membuat pedoman observasi tentang penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dalam Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja.

1. Observasi langsung dilokasi penelitian di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.
2. Mengamati remaja yang kecanduan *Game Online* Siolip Kecamatan Barumun Tengah.
3. Mengamati perubahan remaja yang kecanduan *Game Online* setelah peneliti melakukan penerapan konseling Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

Lampiran II

PEDOMAN WAWANCARA

A. Wawancara kepada remaja yang kecanduan *Game Online* Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

1. Apakah saudara menggunakan *game online*?
2. Sejak kapan saudara menggunakan *game online*?
3. Kenapa saudara sering menggunakan *game online*?
4. Apakah saudara sudah kecanduan *game online*?
5. Bagaimana tanggapan orangtua atau orang yang ada di sekitar saudara ketika saudara menggunakan *game online*?
6. Apa manfaat yang saudara dapatkan dalam menggunakan *game online*?
7. Apa saja dampak yang terjadi ketika saudara selesai menggunakan *game online*?
8. Apakah *game online* mempengaruhi kegiatan sehari-hari saudara?
9. Bagaimana perasaan saudara saat dilakukan proses konseling?
10. Apa perubahan yang saudara dapatkan setelah dilakukannya konseling?

B. Wawancara kepada orangtua remaja yang kecanduan *Game Online* Siolip Kecamatan Barumun Tengah.

1. Apakah anak ibu/bapak sering menggunakan *game online*?
2. Sejak kapan anak ibu/bapak menggunakan *game online*?
3. Kenapa anak ibu/bapak sering menggunakan *game online*?

4. Apakah anak ibu/bapak sudah kecanduan *game online*?
5. Bagaimana tanggapan bapak/ibu terhadap anak yang kecanduan *game online*?
6. Apa saja dampak yang terjadi ketika anak ibu/bapak selesai menggunakan *game online*?
7. Apakah *game online* mempengaruhi kegiatan sehari-hari anak ibu/bapak?

LAMPIRAN DOKUMENTASI



Wawancara dengan bapak Toguan Hasibuan sebagai kepala Desa Siolip Kec, Barumon Tengah.



Wawancara dengan saudari Alya Nabila sebagai remaja yang kecanduan *Game Online* dan orangtua Saudari Alya Nabila



Wawancara dengan saudari Sania Marito remaja yang kecanduan *game online*



Wawancara dengan ibu dari Sania Marito yang kecanduan *game online*



Wawancara dengan saudara Nanda Nasution remaja yang kecanduan *game online* di desa Siolip



Wawancara dengan ibu dari saudara Nanda Nasution remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip.



Wawancara dengan ibu Longga Sari sebagai tetanga di Desa Siolip



Wawancara dengan ibu dari saudara Nanda Nasution remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip



Wawancara dengan saudara Chanra remaja yang kecanduan *game online* dan nenek dari remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip



Wawancara dengan saudara riski remaja yang kecanduan *game online* dan nenek dari remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip



Wawancara dengan saudara riski remaja yang kecanduan *game online* di Desa Siolip



Wawancara dengan ibu Halimah Sari sebagai tetanga di Desa Siolip



Wawancara dengan nenek Sumarni dan cucu Dewarni sebagai tetanga di Desa Siolip



PEMERINTAHAN KABUPATEN PADANG LAWAS
KECAMATAN BARUMUN TENGAH
DESA SIOLIP

Kode Pos 22755

Nomor : 490/019/kd/2020
Lam :
Hal : Surat Keterangan Penelitian

Kepada Yth:
Ketua IAIN Padangsidempuan
Di
Tempat

Assalamualaikum Wr, Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah Kabupaten Padang Lawas, menerangkan bahwa:

Nama : Rizkia Novrida Hasibuan
Nim : 1630200048
Fak/Jurusan : FDIK/BKI
Alamat : Desa Siolip

Adalah benar-benar telah melakukan penelitian di Desa Siolip Kecamatan Barumon Tengah Kabupaten Padang Lawas dengan judul: **PENERAPAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) DALAM MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI DESA SIOLIP KECAMATAN BARUMUN TENGAH KABUPATEN PADANG LAWAS.**

Demikian surat keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan seperlunya.

Desa Siolip, Oktober 2020

Kepala Desa Siolip





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
 Jalan. T. Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang Padangsidimpuan 22733
 Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Nomor : 753./In.14/F.4c/PP.00.9/08/2020

Sifat : Penting

Agustus 2020

Lamp. :-

Hal : **Mohon Bantuan Informasi
 Penyelesaian Skripsi**

Yth. Kepala Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah.
 Di Tempat

Dengan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan menerangkan bahwa :

Nama : Rizkia Novrida Hasibuan
 NIM : 1630200048
 Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
 Alamat : Siolip Kecamatan Barumun Tengah Kab Padang Lawas.

adalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan Judul "Penerapan Konseling Cognitive Behavioral Therapi (CBT) dalam Mengatasi Kecanduan Game On Line pada Remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah".

Sehubungan dengan itu, dimohon bantuan Bapak untuk memberikan data dan informasi sesuai dengan maksud judul tersebut.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.


 Dekan
 Dr. Ali Sati, M.Ag
 NIP. 196209261993031001