

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada abad 21, dunia internasional mengalami perubahan besar yang dikenal sebagai era digital. Di era digital, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi seakan tidak pernah berhenti untuk menghasilkan produk-produk teknologi yang tidak terhitung jumlahnya. Semakin modernnya zaman, maka akan semakin canggih pula teknologinya. Teknologi memberikan manfaat dan kemudahan bagi setiap individu dalam berbagai aspek, tak terkecuali untuk hiburan. Salah satu produk teknologi yang setiap waktu terus berkembang dan memiliki manfaat sebagai sebuah hiburan adalah *game online*.

Menurut Young, sebagaimana dikutip oleh Reza dan Mulawarman (2021:23), “*Game online* merupakan situs yang menyediakan berbagai jenis permainan yang dapat melibatkan beberapa pengguna internet di berbagai tempat yang berbeda untuk saling terhubung di waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online*”. *Game online* pada dasarnya bertujuan untuk mengusir kepenatan atau sekedar untuk *refreshing* otak setelah melakukan aktivitas sehari-hari. Pemanfaatan *game online* secara tepat dapat memberikan dampak positif bagi remaja. Studi terdahulu oleh Granic, Lobel, dan Engels (dalam Reza & Mulawarman, 2021:23) menunjukkan bahwa bermain *game* menumbuhkan banyak keterampilan kognitif, motivasi dan *social skill*.

Game online sangat diminati oleh siswa, seakan-akan *game online* menjadi tren (gaya hidup) mereka. Saat ini banyak fenomena yang membuktikan bahwa siswa sangat tertarik terhadap *game online*. *Game online* digunakan sebagai hiburan tersendiri untuk mendapatkan kesenangan. Kesenangan yang diperoleh dari bermain *game online*, kini menjadi kegiatan penting sehingga kadang siswa menggunakan banyak waktu hanya untuk bermain *game online*. Hal ini mengarah pada tingkah laku yang sudah menunjukkan ketidakpedulian terhadap resiko-resiko negatif yang akan dihadapi.

Resiko-resiko negatif yang dapat dialami oleh siswa jika bermain *game online* secara tidak terkontrol dapat merugikan masa depan mereka. Karena siswa dapat melalaikan pekerjaan-pekerjaannya bahkan melupakan prioritasnya sebagai siswa di sekolah dengan tidak mengerjakan tugas-tugas sekolahnya, sering terlambat sekolah karena bangun kesiangn akibat bermain *game online* sampai larut malam, bahkan siswa memilih membolos untuk bermain *game online* di warnet-warnet dan *handphone*-nya.

Permainan *game online* dapat membuat siswa menjadi kecanduan. Menurut Ariantoro sebagaimana dikutip oleh Reza dan Mulawarman, (2021:23) “Permainan *game online* memiliki sifat adiktif atau membawa candu. Kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus menerus terhadap suatu kegiatan yang dilakukan berulang-ulang dan dapat memunculkan dampak negatif kepada penggunanya”. Kecanduan *game online* adalah perilaku yang bersifat kronis untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan. Para pecandu *game online* akan sulit untuk mengontrol atau mengendalikan dirinya dan berhenti atau setidaknya mengurangi

waktu dan kuantitas bermain *game online*-nya. Nungdyasti dan Nuryono (2022:46) mengutip uraian *World Health Organization* (WHO), bahwa *gaming disorder* atau seseorang yang mengalami kecanduan *game online* merupakan perilaku yang berulang dan tidak terkontrol serta meningkatnya prioritas bermain *game online* dibandingkan dengan kegiatan sehari-hari tanpa memperdulikan konsekuensi negatifnya.

Di dalam upaya untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa, maka guru bimbingan dan konseling mempunyai peranan yang sangat penting. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Nasution dan Abdillah (2019:148-149), mengutip pendapat Achmad dan Nurihsan yang mengatakan, “Layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri siswa. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial”.

Terdapat berbagai macam teknik di dalam layanan bimbingan kelompok yang dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa. Salah satu teknik adalah teknik *behavioral contract*. Menurut Erford (2016:405): “*Behavioral contract* (kontrak perilaku) adalah kesepakatan tertulis antara dua orang individu atau lebih di mana salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target”. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa teknik *behavioral contract* baik dalam bimbingan kelompok maupun konseling kelompok dapat mereduksi kecanduan *game online*

yang dialami oleh siswa (Laily & Sulistiyowati, 2019; Utomo, 2021; dan Nungdyasti & Nuryono, 2022).

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada Jumat, 08 April 2022 dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Katolik Sint Carolus, terungkap bahwa: salah satu masalah siswa yang sangat tinggi adalah kecanduan *game online*. Peneliti juga melakukan observasi kepada para siswa selama minggu pertama magang di SMA Katolik Sint Carolus pada 29 Agustus - 3 September 2022. Hasil observasi terungkap bahwa semua siswa wajib mengumpulkan *handphone* mereka setiap pagi di ruang Bimbingan dan Konseling, namun ada beberapa siswa yang tidak mengumpulkan *handphone*-nya dan menggunakannya untuk bermain *game online*.

Berdasarkan permasalahan dan fenomena di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok efektif untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023.

D. Definisi Konseptual

Definisi konseptual dalam penelitian perlu dilakukan agar tidak terjadi kekeliruan penafsiran terhadap variabel penelitian, maka peneliti perlu menjelaskan konsep-konsep yang terdapat dalam judul penelitian ini. Konsep-konsep yang dimaksudkan adalah sebagai berikut:

1. Teknik *Behavioral Contract*

Menurut Erford (2016:405): “*Behavioral contract* (kontrak perilaku) adalah kesepakatan tertulis antara dua orang individu atau lebih dimana salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target”. Sedangkan menurut Komalasari, dkk. (2011:172) “*Behavioral contract* (kontrak perilaku), atau *contingency contracting* adalah pembuatan kontrak yang mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor”.

Dari kedua pendapat ahli di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik *behavioral contract* adalah kesepakatan tertulis antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) yang mengatur kondisi sehingga konseli dapat menampilkan tingkah laku yang diinginkan atau perilaku target berdasarkan kontrak yang telah disepakati.

2. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang, dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, dan memberi saran, (Satriah, 2017:4). Selain itu, Wibowo (dalam Satriah 2017:4) mengatakan: “Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok, dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial, untuk membantu anggota-anggota kelompok dalam mencapai tujuan bersama”.

Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu layanan bantuan yang diberikan kepada sekelompok siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik tertentu yang dipimpin oleh pemimpin kelompok, agar anggota kelompok mampu membantu sesama, menjadi lebih sosial, dan untuk mencapai tujuan bersama peserta bimbingan kelompok.

3. Kecanduan *Game Online*

Trisnani dan Wardani (2018:12) mengutip pendapat Yee yang mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya. Selanjutnya, Young mengemukakan pendapatnya sebagaimana dikutip oleh Trisnani dan Wardani (2018:13) bahwa kecanduan *game online* merupakan tingkah laku yang ingin terus bermain *game online* dan tidak dapat dikontrol atau tidak mempunyai kekuatan dalam menghentikannya.

Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh kedua ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* merupakan perilaku seseorang yang menghabiskan banyak waktu dengan terus bermain *game online* serta dimungkinkan individu tersebut tidak mempunyai kemampuan dalam diri untuk menghentikan perilaku tersebut atau tidak mampu mengontrolnya.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak. Pihak-pihak yang dimaksudkan adalah:

1. Kepala Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi Kepala Sekolah sebagai koordinator bimbingan dan konseling di sekolah, agar lebih meningkatkan kerjasama dengan guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa yang mengalami kecanduan *game online*.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi guru bimbingan dan konseling untuk membimbing siswa mereduksi kecanduan *game online* dengan menggunakan teknik *behavioral contract* melalui layanan bimbingan kelompok.

3. Siswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi sarana informasi bagi siswa agar mengetahui tentang pentingnya layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dengan teknik *behavioral contract* untuk mereduksi kecanduan *game online*.