

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi di era modern merupakan sesuatu hal yang tidak dapat dilewatkan dalam kehidupan. Setiap inovasi dalam teknologi digunakan sebagai terobosan baru dan memberi kegunaan positif bagi kehidupan manusia. Teknologi banyak memberi kemudahan dalam kegiatan sehari-hari dan memiliki dampak yang baik seperti surat-menyurat dapat melalui email, berbincang jarak jauh dapat menggunakan *chatting*, fitur pencarian online seolah-olah menggeser kemampuan otak manusia di berbagai bidang ilmu pengetahuan. Teknologi juga menjadi sarana dalam mendapatkan hiburan. Hiburan yang menarik pada era modern ini ialah *game online* (Bargh & McKenna, 2004).

Awal mula game online muncul digunakan oleh militer amerika untuk simulasi perang. Seiring berkembangnya teknologi, game berinovasi menjadi sebuah permainan yang dapat dimainkan oleh banyak kalangan baik anak-anak, remaja maupun dewasa. Menurut Nugrahanto (2008) menjelaskan bahwa Departemen Komunikasi (Depkominfo) mengatakan, setidaknya ada tiga puluh juta orang Indonesia yang memainkan game online atau bisa dikatakan juga satu dari delapan orang Indonesia adalah memainkan game online(Nugrahanto, 2008).

Game online memiliki kemajuan yang pesat sehingga saat bermain tidak harus menggunakan komputer melainkan dapat menggunakan gawai. Gawai ini selain digunakan untuk mengirim pesan melalui *chatting*, mengakses media sosial dapat juga digunakan sebagai hiburan seperti *game online*. Kondisi ini membuat siswa lebih mudah untuk bermain *game online* dimana saja tanpa mengenal waktu. Hal ini menyebabkan remaja menjadi ketergantungan, berperilaku kompulsif, tak acuh pada kegiatan lain dan memunculkan gejala yang tak biasa, seperti rasa khawatir saat keinginan bermain game online tidak terpenuhi (Masya & Candra, 2016).

Kecanduan teknologi merupakan kecanduan perilaku yang ciri-ciri adiksi berupa *saliency*, modifikasi *mood*, toleransi, *withdrawal*, konflik dan *relapse* (kambuh). Pecandu internet memperlihatkan *saliency*, kegiatan tersebut sering mengalami *cravings* (sangat menginginkan) dan merasa terpreokupasi dengan internet ketika sedang *luring* atau sedang *offline*. Preokupasi merupakan gangguan di dalam pikiran dimana pikiran seseorang terpusat pada suatu objek tertentu. Setiap saat memikirkan berbagai hal terkait dengan *game online* seperti membayangkan fitur di dalam *game* tersebut, bagaimana cara menyelesaikan misi dalam *game*, memikirkan strategi dengan mengetahui kelebihan dan kekurangan lawan main, berusaha mengasah kemampuan bermain *game* dan ketika misi dalam *game* tersebut tercapaimaka ada kepuasan tersendiri bagi sang pemain. Hal ini dapat menyita waktu, tenaga dan kewajiban sehari-hari yang harus

dilakukan sebagai seorang siswa (Kimberly S.Young & Helly Prajitno Soetjipto, 2017) .

Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online pada anak. Faktor-faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online, sebagai berikut. 1) Keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam game online, karena game online dirancang sedemikian rupa agar gamer semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi. 2) Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya kecanduan terhadap game online. 3) Rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah. 4) Kurangnya self control dalam diri siswa, sehingga siswa kurang mampu mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain game online secara berlebihan. Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online pada remaja, sebagai berikut. 1) Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain game online. 2) Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga siswa memilih alternatif bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan. 3) Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan (Detria, 2013).

Mengutip dari survei APJII(Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet Indonesia) pada tahun 2018 mengatakan bahwa total dari populasi masyarakat di Indonesia pada Januari 2018 diketahui sebanyak 264,16 juta jiwa penduduk bahwa sebagian penduduk aktif menggunakan internet sekitar 171,17 juta jiwa penduduk. Kegiatan tersebut dalam bentuk menonton *video online*, menonton acara televisi melalui internet, memainkan *game* melalui internet, menonton orang bermain *game online* secara *live streaming* dan menonton *e-sport*. Menonton video online memasuki peringkat pertama dengan prosentase 98% dan memainkan game online dengan prosentase 46%. Berdasarkan total populasi dari 171,17 juta jiwa yang aktif menggunakan internet terdapat 46% yang bermain *game online* (APJII, 2018).

Berdasarkan penelitian Jap (2013), mengemukakan bahwa untuk mengukur kecanduan game online pada anak-anak dan remaja yang berjumlah 3.261 jiwa yang terdiri dari siswa SMP dan SMA dari beberapa sekolah di Manado, Medan, Pontianak dan Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 45,3% dari mereka yang memainkan game online setidaknya sekali dalam satu bulan dan terdapat 1.477 siswa yang belum memutuskan berhenti bermain *game online* terdiri dari 907 siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan 570 siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Kuesioner kecanduan game online di Indonesia memiliki indikator seperti waktu terlalu lama yang digunakan dalam bermain *game online*, rata-rata per hari bermain *game online*, pengeluaran mingguan dan bulanan untuk *game*

online. Diperoleh hasil sebanyak 89 siswa yang memenuhi kriteria mengalami kecanduan berat dan terdapat 60 siswa yang mengalami kecanduan ringan (Tjibeng Jap, Sri Tiatri, Edo Sebastian Jaya, 2013).

Penelitian di atas menunjukkan bahwa dari 45,3% siswa bermain *game online* sebanyak 89 siswa mengalami kecanduan berat dan sebanyak 60 siswa mengalami kecanduan *game online* ringan. Penetapan tersebut diperoleh dari indikator waktu yang digunakan untuk bermain *game online*, bermain *game online* membutuhkan setiap hari atau tidak dalam satu minggu, uang yang dikeluarkan pemain untuk bermain *game online* seperti membeli *voucher game* ataupun uang untuk membayar *billing* jika pemain memainkan *game online* di *game net*.

Berdasarkan hasil penelitian (Ulfa, 2017) bahwa telah didapatkan hasil dari *game online* memfasilitasi komunitas online sehingga berpengaruh dan berdampak negatif yang mengarah pada perilaku pemalas, suka berbohong, gangguan tidur sehingga mempengaruhi sistem metabolisme tubuhnya, sering merasa lelah (*fatigue syndrome*), kaku leher dan otot, hingga Karpal Turner Syndrome. Kondisi seperti ini, remaja yang seharusnya masih mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan fisik, emosional dan intelektual maka perlu pendampingan. Pendampingan tersebut bertujuan agar pemanfaatan internet yang awalnya untuk positif tidak berakibat menjadi negatif.

Pendampingan di atas selain dari orang tua di rumah juga diperlukan peran dari bimbingan dan konseling dari sekolah. Layanan-layanan

bimbingan dan konseling di sekolah berorientasi pada pencegahan (*preventif*) dan pengentasan masalah (*kuratif*). Berbagai layanan langsung dalam bimbingan dan konseling di antaranya adalah bimbingan individu, bimbingan kelompok, bimbingan kelompok, bimbingan klasikal, bimbingan lintas kelas, konsultasi, kolaborasi, alih tangan kasus, kunjungan rumah, advokasi, konferensi kasus dan peminatan (Prayitno, 2015).

Peneliti tertarik menggunakan bimbingan kelompok dengan alasan bimbingan kelompok bertujuan mencegah adanya problematik siswa serta berbagai sarana pengembangan potensi siswa. Corey (2012) menyatakan bahwa bimbingan kelompok memiliki tujuan pencegahan dan pengembangan potensi individu. Bimbingan tersebut merupakan bantuan yang diberikan untuk membahas fokus khususnya masalah pendidikan, karir, pribadi dan sosial. Hal ini diperkuat oleh (Primayuni & Neviyarni, 2020) menyatakan bahwa bimbingan kelompok teknik manajemen diri dapat mencegah kecanduan *game online* pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 2 Sungai Limau. Data pendukung lainnya adalah hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, guru bk menyampaikan selama ini layanan yang sudah dilakukan untuk mencegah kecanduan game online siswa dengan layanan bimbingan dan konseling. Namun layanan tersebut belum begitu mencegah tingkat kecanduan game online siswa. Guru bk di sekolah tersebut menyampaikan perlu adanya metode serta media lain yang digunakan untuk mencegah kecanduan game online siswa di sekolah tersebut.

Manajemen diri atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya peserta didik mengarahkan perubahan prilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik. Manajemen diri bertujuan untuk membantu peserta didik kecanduan game agar dapat membantu merubah perilaku negatifnya dan mengembangkan perilaku positifnya dengan jalan mengamati dirisendiri, mencatat perilaku-prilaku tertentu (pikiran, perasaan dan tindakannya) dan interaksinya dengan peristiwa-peristiwa lingkungannya, menata kembali lingkungan sebagai syarat khusus atau respon tertentu, serta menghadirkan diri dan menentukan sendiri stimulus positif yang mengikuti respon yang diinginkan. Jones, Nelson dan Kaznin berpendapat bahwa dalam menggunakan strategi manajemen diri untuk mengubah perilaku, peserta didik berusaha mengarahkan perubahan prilakunya dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi (Cormier, L.J. & Cormier, 2009).

Salah satu upaya guru bimbingan dan konseling untuk mencegah kecanduan game online selain memberi layanan yaitu dengan mengembangkan media layanan bimbingan dan konseling yang kreatif, inovatif, dan efektif bagi peserta didik agar peserta didik dapat mencapai tugas perkembangan dengan baik. Media bimbingan dan konseling salah satu upaya yang digunakan sebagai perantara untuk menyalurkan pesan bimbingan dan konseling yang dapat merespon pikiran, perasaan, perhatian serta kemampuan peserta didik dalam memecahkan masalah yang dihadapi

(Nursalim M, 2013). Dalam hal tersebut, peneliti untuk mengembangkan media dalam bentuk modul elektronik atau *e-modul* dengan menggunakan aplikasi *Flip PDF Corporate Edition*.

Berdasarkan hasil analisis modul yang pernah dikembangkan oleh (Wahyu Hapsari, 2019) belum berbasis modul elektronik. Pengembangan modul elektronik atau *e-modul* memungkinkan untuk dikembangkan agar dapat meningkatkan kualitas peserta didik. Sementara media yang saat ini digunakan masih banyak menggunakan media cetak. Belum banyak yang mengembangkan media elektronik atau digital. Hal tersebut terlihat dari beberapa media yang digunakan dalam proses layanan sebagian besar masih menggunakan media cetak. Perkembangan teknologi yang semakin pesat penggunaan media elektronik dalam layanan dapat menjadi salah satu bentuk penyesuaian pendidikan di era pembelajaran abad 21.

Menurut Kemendikbud modul elektronik (*e-modul*) merupakan bentuk penyajian bahan ajar secara mandiri yang dibuat secara sistematis yang dikemas kedalam unit pembelajaran terkecil untuk mencapai tujuan pembelajaran, modul ini dikemas dalam format elektronik yang didalamnya terdapat gambar, animasi, audio, navigasi yang membuat modul lebih interaktif untuk memperkaya pengalaman belajar (Kemendikbud, 2017). Lasmiyati menyatakan bahwa modul elektronik memiliki kelebihan dalam proses pembelajaran anatar lain bahwa modul elektronik dapat memberikan umpan balik antara guru dan peserta didik, modul elektronik bersifat

fleksibel, mudah untuk dipelajari, dan menimbulkan motivasi bagi peserta didik(Lasmiyati, 2014).

Melihat dari penelitian terdahulu yang sudah dilakukan berkaitan dengan pengembangan modul tentang kecanduan game daring, menunjukkan keberhasilan dalam pengembangan modul tentang kecanduan game daring. Hasil penelitian yang dilakukan (Widyawati Lesmana, 2018) menunjukkan bahwa melalui pengembangan modul tentang kecanduan game daring menunjukkan hasil bahwa modul dapat mencegah kecanduan game daring pada siswa. Pencegahan akan kecanduan game daring(online) pada siswa utamanya disekolah dapat meningkat dengan pengembangan modul.

Merujuk pada permasalahan siswa yang mengalami gejala kecanduan game online di sekolah, maka diperlukan adanya penyajian layanan bimbingan untuk membantu siswa dalam mencegah kecanduan game online. Peneliti berusaha melakukan pengembangan layanan yang dikemas dalam bentuk modul elektronik atau e-modul untuk membantu siswa dalam mencegah kecanduan game online. Dengan adanya layanan berbentuk modul elektronik atau e-modul tentang pencegahan game online diharapkan siswa dapat melakukan pencegahan game online dengan baik. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian tentang “Pengembangan E-Modul Self Management Dalam Bimbingan

Kelompok Untuk Mencegah Kecanduan Game Online Pada Siswa SMA
Kelas X Muhammadiyah 3 Yogyakarta”

B. Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah yang muncul berdasarkan latar belakang di atas yakni sebagai berikut:

1. Siswa belum bisa membatasi diri untuk bermain game online
2. Bentuk kecanduan game online siswa yang muncul seperti relapse, withdrawal, problem dll.
3. Kurang tersedianya dukungan dari pihak-pihak terkait untuk mencegah kecanduan game online.
4. Kurang tersedianya layanan khusus yang dilakukan oleh konselor untuk mencegah kecanduan game online
5. Kurang tersedianya media yang dikembangkan oleh konselor untuk mencegah kecanduan game online

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka ruang lingkup masalah yang dibahas akan dibatasi sebagai pembahasan masalah yang akan menjadi lebih spesifik pada penelitian ini. Batasan masalah pada penelitian ini adalah Kecanduan *Game Online* Pada Siswa SMA.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang ada, maka dapat dikembangkan rumusan masalahnya sebagai berikut : “Bagaimana kelayakan E-Modul Self Management dalam Bimbingan Kelompok untuk Mencegah Kecanduan

game online pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta masuk pada kategori layak berdasarkan uji ahli media, ahli layanan?"

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kelayakan Media E-Modul Self Management dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mencegah Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat menambah wawasan dalam menjalankan bimbingan kelompok dengan menggunakan manajemen diri pada siswa yang memiliki gejala kecanduan *game online*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk sekolah agar mendukung adanya bimbingan kelompok menyangkut kebiasaan bermain *game online* pada siswa.

b. Bagi Guru Bimbingan dan konseling

Harapan dari penelitian ini ialah dapat digunakan sebagai acuan dalam memberikan layanan kepada siswa yang kecanduan *game online* oleh guru bimbingan dan konseling.

c. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat mengurangi tingkat kecanduan *game online* pada siswa khususnya pada ranah Sekolah Menengah Atas.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pengalaman lapangan dalam rangka menerapkan ilmu bimbingan dan konseling. Harapan dari penelitian ini ialah dapat digunakan sebagai rujukan, ketika memiliki siswa yang kecanduan *game online* di sekolah.

G. Spesifikasi Produk

Spesifikasi produk yang dikembangkan dalam penelitian ini berupa e-modul berbasis literasi. Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah e-modul bimbingan kelompok teknik self management untuk mencegah kecanduan game online pada siswa. Adapun spesifikasi produk yang dihasilkan adalah sebagai berikut:

1. Pengembangan modul elektronik (*e-modul*) dikembangkan menggunakan aplikasi *flip pdf professional* yang dapat diakses oleh peserta didik melalui laptop.
2. Pengembangan modul elektronik (*e-modul*) berisi materi tentang kecanduan game online yang ditujukan pada peserta didik
3. Pengembangan modul elektronik (*e-modul*) dapat digunakan pada layanan bimbingan kelompok dengan guru bimbingan dan konseling

H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Asumsi pengembangan berdasarkan produk yang diciptakan adalah sebagai berikut :

1. Produk ini berupa model bimbingan kelompok self management yang berwujud emodul pelaksanaan untuk mencegah kecanduan game online pada siswa. Produk ini diciptakan berdasarkan data bahwa di kelas IPS III SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta masih memiliki tingkat kecanduan game yang tinggi.
2. E-modul bimbingan kelompok self management ini diuji oleh seorang ahli materi dan ahli media