

Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain *Game Online* Melalui Teknik Diskusi Kelompok

Wieke Fauziawati

SMP Negeri 1 Pakuhaji Tangerang
Paku Haji, Tangerang, Banten, Indonesia
Email: wiekefauziawati@yahoo.com

The purpose of this study is an attempt to reduce the excessive habit of playing online games through group discussion techniques for 8th grade students of class D in SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta in the academic year 2013/2014. This study is an action research. The participants were 10 students selected using purposive sampling techniques. The instruments used are questionnaires of playing online games habit and observation. The analysis used in this research is the t-test formula. The treatment using group discussion techniques was given to the students after the guidance and counseling services were done. The results of this study showed that the average pretest percentage of the habit of playing online games is 90,9%, while the average posttest results is 57,6%. The results showed that there is a reduction of playing online games habit through group discussion techniques for 8th grade students of class D in SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. This study can be used as a basis information for guidance and counseling teachers in lessening the habit of playing online games through group discussion techniques.

Keywords : online games, group discussion, classroom action research

Penelitian ini bertujuan untuk mereduksi kebiasaan bermain *game online* melalui teknik diskusi kelompok pada siswa kelas VIII D SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data berupa angket kebiasaan bermain *game online* dan pedoman observasi. Pengujian perbedaan kebiasaan bermain *game online* siswa dari sebelum diberikan layanan bimbingan dengan teknik diskusi kelompok dengan sesudah diberikan layanan bimbingan dengan teknik diskusi kelompok dianalisis menggunakan rumus *t-test*. Hasil analisis data menunjukkan persentase rerata *pretest* kebiasaan bermain *game online* sebesar 90,9%, sedangkan hasil persentase rerata *posttest* sebesar 57,6%. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan kebiasaan bermain *game online* melalui teknik diskusi kelompok pada siswa kelas VIII D SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Penelitian ini bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling sebagai bahan pertimbangan dalam mereduksi kebiasaan bermain *game online* melalui teknik diskusi kelompok.

Kata kunci: *game online*, diskusi kelompok, penelitian tindakan kelas

Pendahuluan

Pengguna internet di Indonesia semakin meningkat seiring dengan peningkatan kemudahan faktor pendukung untuk mengakses internet baik komputer, *netbook*, *notebook*, ataupun melalui telepon selular. Internet memberikan dampak positif antara lain: mempermudah surat menyurat (*e-mail*), mengirim pesan; berbincang (*chatting*); mengambil atau mengirim informasi (*download* atau *upload*); menggunakan teknologi "*teleconference*" (konferensi interaktif secara online dari jarak jauh); dan sarana mendapatkan hiburan. Salah satu hiburan yang ditawarkan melalui internet adalah *online game*.

Game online adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau internet) sebagai media. *Game* merupakan tambahan layanan dari perusahaan penyedia jasa *online*, atau dapat diakses langsung melalui sistem dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut. Menurut Rollings dan Adams (2006: 770), *game online* lebih tepat disebut sebagai sebuah teknologi, dibandingkan sebagai sebuah genre permainan; sebuah mekanisme untuk menghubungkan pemain bersama, dibandingkan pola tertentu dalam sebuah permainan. *Game online* terdiri dari banyak jenis, dari mulai permainan sederhana berbasis teks hingga permainan yang menggunakan grafik kompleks dan membentuk dunia virtual yang ditempati oleh banyak pemain sekaligus. Di dalam *game online* ada dua unsur utama, yaitu *server* dan *client*. *Server*

melakukan administrasi permainan dan menghubungkan client, sedangkan *client* adalah pengguna permainan yang memakai kemampuan server. *Game online* bisa disebut sebagai bagian dari aktivitas sosial karena pemain bisa saling berinteraksi secara virtual dan seringkali menciptakan komunitas maya. Penyajian *game online* yang sangat menarik menyebabkan permainan ini sangat digemari berbagai kalangan mulai dari anak-anak hingga dewasa. Namun, ketertarikan dan kesenangan memainkan *game online* ini seringkali menyebabkan lupa diri, lupa waktu, dan selalu berkeinginan untuk memainkan permainannya secara terus-menerus.

Bermain *game online* membuat seseorang merasa senang karena mendapat kepuasan psikologi. Sebagian besar game dirancang sedemikian rupa agar membuat pemain game penasaran dan mengejar nilai tinggi, sehingga sering lupa waktu bahkan untuk sekedar berhenti sejenak. Bermain *game online* secara berlebihan menyebabkan munculnya obsesi untuk menang dan menjadi tokoh imajinasi di dalam game seperti yang diinginkan. Apabila tidak segera dikendalikan, maka keinginan untuk selalu bermain *game online* secara berlebihan dapat muncul. Perilaku bermain *game online* secara berlebihan mengakibatkan dampak negatif. Bermain *game online* secara berlebihan terjadi karena seseorang hanya akan merasa senang dan nyaman ketika dapat bermain permainan tersebut. Oleh sebab itu, orang yang bermain *game online* secara berlebihan akan merasakan ketidakpuasan dan perasaan tidak tenang, gelisah apabila tidak dapat bermain *game online*.

Fenomena bermain *game online* secara berlebihan sebagian besar terjadi di kalangan remaja, baik pelajar maupun mahasiswa. Kurangnya perhatian dan pengawasan orang tua terhadap anak dapat meningkatkan kesempatan anak untuk melakukan kesenangan bermain *game online* secara leluasa. Harapan orang tua yang tinggi terhadap anaknya untuk berprestasi di sekolah, tidak jarang dapat memperburuk keadaan ini. Padatnya berbagai jadwal kegiatan seperti kursus atau les tanpa disadari dapat mengakibatkan berkurangnya pemenuhan kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan dan bermain dengan keluarga. Padahal, rentang usia remaja adalah masa transisi yang masih sangat membutuhkan peran penting keluarga terutama orang tua dalam mendampingi perkembangan

psikologis hingga mencapai kematangan sesuai tahap perkembangan.

Berdasarkan hasil observasi dan interview yang dilakukan peneliti terhadap delapan orang siswa di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta pada bulan Juli sampai September 2011, penulis menemukan banyak sekali siswa yang sangat menyukai permainan *game online*. Pada awalnya mereka mulai tertarik untuk mencoba memainkan permainan secara *online* tersebut. Intensitas permainan akan semakin meningkat seiring dengan derajat peningkatan permainan yang dimainkan. Tidak jarang peningkatan ketertarikan remaja terhadap *game online* sampai berlebihan dan lupa akan waktu dan tanggungjawab sebagai seorang siswa. Tanda-tanda kelebihan bermain *game online* yang sering muncul di antaranya anak mulai tertidur di kelas, sering melalaikan tugas, prestasi belajar rendah, lebih senang bermain *game* dari pada bermain bersama teman, menghindari diri dari kelompok sosialnya, atau menjadi sering khawatir dan gampang marah apabila tidak dapat bermain *game*.

Siswa yang berada pada rentang usia remaja, dapat melakukan apa saja untuk memenuhi keinginannya bermain game, misalnya bolos sekolah, menyelewengkan uang SPP, menggunakan kartu kredit orang tua dengan diam-diam, mengambil uang teman hingga melakukan pemalakan atau pemerasan terhadap teman sebaya dan adik kelas dikarenakan ingin naik ke tingkat permainan selanjutnya dan sebagainya. Peningkatan kebutuhan bermain *game online* akan menyebabkan peningkatan biaya dan waktu yang diperlukan. Seorang yang sudah bermain *game online* secara berlebihan akan melakukan berbagai cara untuk dapat memainkan *game online* kesayangan meskipun dengan jalan melakukan perilaku menyimpang atau kejahatan.

Berbagai hal tentang *game online* menjadi bahan pembicaraan yang selalu menarik. Salah satu contohnya terjadi ketika peneliti melakukan observasi kepada 5 orang siswa di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta pada bulan Juli sampai September 2011 diperoleh hasil bahwa siswa seringkali asik membicarakan *game online* di kelas ketika pelajaran sedang berlangsung. Tidak jarang guru menegur dan memberikan sanksi tetapi tidak membuat siswa jera dan masih mengulangi di kemudian hari. Padahal dengan terganggunya konsentrasi belajar siswa oleh kesenangan akan *game online*, membuat siswa mengalami banyak

permasalahan dalam pembelajaran. Salah satunya adalah kesulitan mengikuti pelajaran dan dapat berdampak pada rendahnya prestasi belajar siswa di sekolah. Setiap saat pikiran akan diselimuti berbagai hal tentang *game online*, tentang menemukan dan mencari cara memenangkan kompetisi, tentang kemungkinan kelebihan dan kelemahan baik diri sendiri dan lawan dan lain sebagainya. Hal ini akan sangat menyita waktu, tenaga, biaya dan pikiran.

Pengaruh buruk *game online* secara psikis yakni pikiran terus-menerus memikirkan *game* yang sedang dimainkan. Oleh sebab itu, orang yang mengalami bermain *game online* secara berlebihan biasanya kesulitan berkonsentrasi pada studi, pekerjaan, sering bolos atau menghindari pekerjaan, membuat seseorang acuh tak acuh, kurang peduli pada berbagai hal di sekeliling. Selain itu, pemain *game online* secara berlebihan akan melakukan berbagai cara demi bisa bermain *game*, seperti berbohong hingga mencuri uang. Kebiasaan berinteraksi satu arah dengan komputer membuat *gamer* jadi tertutup, sulit mengekspresikan diri saat berada di lingkungan nyata.

Anak yang bermain *game online* secara berlebihan dapat gampang emosional, berperilaku lebih agresif serta gampang marah, mudah mengucapkan kalimat kasar serta kotor. Hal ini dapat terjadi karena beberapa hal antara lain apabila gagal menaklukkan lawannya di layar monitor, *game* terhenti di dalam jalur seseorang atau dipaksa melepas kesenangan untuk berhenti bermain *game*. Secara fisik, paparan cahaya radiasi komputer dapat merusak saraf mata dan otak. Kesehatan jantung menurun akibat begadang sehari semalam setiap hari untuk bermain *online game*. Ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena asyik bermain. Berat badan menurun karena lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak ngemil dan kurang olahraga. Mudah lelah saat melakukan aktivitas fisik, kesehatan tubuh menurun akibat kurang olahraga. Dampak paling parah adalah dapat mengakibatkan kematian.

Upaya menanggulangi permasalahan kebiasaan bermain *game online* siswa berlebihan memerlukan pendekatan khusus. Hal ini disebabkan siswa yang bermain *game online* secara berlebihan biasanya kurang dapat menerima kehadiran orang lain selain dari golongannya yakni sesama pemain *game*. Oleh sebab itu, upaya penanganan dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan yang tidak jauh berbeda

dari kesenangan mereka bermain *game*, yakni melalui teknik diskusi kelompok. Hal ini dilatarbelakangi oleh hasil penelitian dan percobaan yang dilakukan oleh para ahli yang menunjukkan bahwa teknik diskusi kelompok merupakan salah satu model yang dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran.

Penelitian ini bertujuan untuk mereduksi kebiasaan bermain *game online* melalui teknik diskusi kelompok pada siswa. Melalui teknik diskusi kelompok, siswa dalam kelompok diarahkan pada pemecahan masalah untuk mereduksi kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan yang dapat menyebabkan menurunnya prestasi akademik. Penelitian ini bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling sebagai bahan pertimbangan dalam mereduksi kebiasaan bermain *game online* melalui teknik diskusi kelompok

Kajian Literatur

Game Online

Dunia anak tidak dapat lepas dari permainan, oleh karena itu *game online* yang diberikan kepada anak tidak hanya yang bersifat menghibur, tetapi memiliki nilai edukatif atau pendidikan. Andang Ismail (2006: 294) mengemukakan *game online* adalah aktivitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai dengan adanya pencarian menang dan kalah. Semakin interaktif suatu *game*, nyata gambar, seru alur cerita, baik pengemasan fitur-fitur suatu *game* nya akan membuat *game* tersebut semakin disukai dan diminati oleh anak. Bahkan, kini *game online* merupakan sarana hiburan yang sangat disukai anak-anak, sehingga menyebabkan anak mengalami ingin terus bermain *game*.

Game online adalah sebuah permainan “*games*” yang dimainkan dengan teknologi komputer dan dihubungkan melalui suatu jaringan internet. *Game online* merupakan cerminan dari pesatnya jaringan komputer yang dahulunya berskala kecil “small local network” sampai menjadi internet. Saat ini warnet (warung internet) yang menyediakan layanan *game online* sudah sangat mudah ditemukan, baik di kota besar maupun kecil. Peminat *game online* “*gamers*” juga tidak memandang usia baik dari kalangan anak-anak sampai orang dewasa. *Game online* memang baik asal digunakan secara wajar. Namun, permainan *game online* akan berubah menjadi momok yang membahayakan jika

digunakan secara berlebihan dan bahkan dapat menimbulkan dampak negatif.

Perwujudan *game online* terjadi baik secara biologis, psikologis, sosiologis, dan juga terhadap dimensi spiritual. Akan tetapi adiksi terhadap *game online* sering di gambarkan sebagai gangguan yang ditunjukkan dengan gejala yang sama terhadap karakteristik pada adiksi lainnya. Menurut Griffiths dan Hunt (1998) kecanduan *game online* adalah penyakit kronis yang ditandai dengan rusaknya kontrol terhadap penggunaan materi *psychoactive* atau perilaku secara klinis. Berdasarkan pendapat tersebut, bahwa bermain *game online* berlebihan sama dengan kecanduan, sebagai contoh kecanduan pada penggunaan materi psikoaktif yang ditandai dengan rusaknya kontrol diri.

Bermain *game online secara berlebihan* dapat mempengaruhi keterampilan sosial pada remaja dan harus dicegah karena dapat berdampak negatif secara kesehatan fisik. Menurut Putallaz & Gottman (1983 dalam Waters & Sroufe, dalam Dodge, Pettit, McClaskey, Brown, & Gottman, 1986) kecanduan *game online* terhadap keterampilan sosial merupakan aspek tingkah laku sosial yang penting untuk diperhatikan guna mencegah penyakit fisik yang bersifat patologis pada remaja.

Bermain *game online* dikalangan anak-anak, remaja, ataupun dewasa dapat di cegah maupun diminimalisir agar dampak negatif dari *game online* tidak terjadi kepada anak-anak. Untuk mengenali gejala-gejala dari kelebihan dalam bermain *game online* orang tua perlu mengenali kriteria seorang anak, sehingga dapat diketahui secara dini dan segera di tangani agar dapat diminimalisir. Kriteria seseorang berlebihan dalam *game online* dimasukkan ke dalam golongan kecanduan secara psikologis dan bukan kecanduan secara fisik. Chen dan Chang (2008: 45-48) dalam Asian Journal of Health and Information Sciences, ”menyebutkan sedikitnya ada empat buah aspek kecanduan *game online*”. Pertama, *compulsion* atau kompulsif yakni dorongan untuk melakukan secara terus-menerus. kompulsif merupakan dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari diri sendiri untuk melakukan suatu hal secara terus-menerus untuk bermain *online game*. Kedua, *withdrawal* (penarikan diri) merupakan suatu upaya menarik diri atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *online game* namun sangat sulit untuk lepas. Ketiga, *tolerance* atau toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri sendiri ketika melakukan suatu hal.

Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk melakukan untuk melakukan sesuatu yakni bermain *online game*. sebagian besar pemain *online game* tidak akan berhenti hingga merasa puas. Keempat, *interpersonal and health related problems* yakni masalah hubungan interpersonal dan kesehatan. Hal ini merupakan persoalan yang berkaitan dengan interaksi dan juga permasalahan kesehatan. Pemain *game online* cenderung tidak menghiraukan hubungan interpersonal yang dimiliki karena hanya terfokus pada *game online* saja. Demikian pula dengan masalah kesehatan, para pemain *game online* kurang memperhatikan masalah kesehatan seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

Berkaitan dengan jenis dan macam *game online*, Aqila (2010 : 122-123) “mengelompokkan jenis rating *game* berdasarkan standar ESRB (The Entertainment Software Rating Board)” antara lain: 1) EC (*Early Childhood*) rating ini terdiri atas *game* yang hanya boleh dimainkan oleh anak usia tiga sampai dengan sepuluh tahun atau lebih; 2) E (*Everyone*) *game* dengan rating ini boleh dimainkan oleh siapa saja mulai dari anak-anak, dewasa hingga manula; 3) E10+ (10 tahun keatas) Rating ini terdiri atas *game* yang hanya boleh dimainkan oleh anak-anak diatas umur sepuluh tahun keatas; 4) T (*Teen*) *game* dengan rating ini boleh dimainkan oleh remaja dan orang dewasa; 5) M (*Mature*) merupakan *game* yang layak dimainkan oleh seseorang yang sudah dewasa dengan usia tujuh belas tahun ke atas; 6) Ao (*Adult Only*) adalah *game* yang hanya boleh dimainkan oleh orang-orang yang telah dewasa saja; 7) Rp (*Rating Pending*) Adalah *game* yang belum memiliki rating.

Game online tidak serta merta menjadi salah satu penyebab anak menjadi pribadi yang memegang peran negatif dalam kehidupannya. *Game online* juga memiliki peran positif dalam perkembangan anak dalam berbagai bidang. Hal tersebut sesuai dengan yang di ungkapkan oleh Dwiastuti, (2005: 41) bahwa “bermain *game online* pada remaja memiliki dampak positif maupun negatif”. Beberapa dampak positif bermain *game online* antara lain: 1) dapat mengaktifkan system motorik, dengan koordinasi yang tepat antara informasi yang diterima oleh mata kemudian diteruskan ke otak untuk diproses dan diperintahkan kepada tangan untuk menekan tombol tertentu; 2) *game online* dapat membuat remaja menjadi cerdas karena permainan

tersebut selalu menuntut daya analisa yang kuat dan perencanaan strategi yang tepat agar dapat menyelesaikan permainan dengan baik.

Beberapa dampak negatif yang mungkin timbul antara lain: 1) remaja menjadi tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari; 2) mendorong remaja untuk bertindak asosial karena aktivitas bermain *online game* cukup menyita waktu untuk berkomunikasi baik dengan keluarga maupun teman sebaya; 3) menimbulkan kemalasan belajar karena kelelahan yang ditimbulkan setelah bermain *game* sehingga dapat memicu tindak kekerasan; 4) remaja meniru seluruh perilaku yang ditampilkan tokoh dalam *game* secara berlebihan sehingga dapat memicu terjadinya tindakan kriminal.

Dalam rangka mencegah dampak negatif dalam bermain *game online* yang berlebihan pada remaja maka perlu adanya tindakan yang dilakukan oleh semua pihak yang bertanggung jawab dalam perkembangan anak. Adapun pihak-pihak yang berperan dalam hal ini menurut Slameto (2003: 60-72) ada beberapa pihak yang dapat berperan dalam mereduksi kecanduan *game online*, yaitu keluarga (orangtua), lingkungan (masyarakat, sekolah (kepala sekolah, guru mata pelajaran, guru bimbingan dan konseling).

Berkaitan dengan peran guru bimbingan dan konseling dalam masalah mereduksi kebiasaan bermain *game online* yang berlebihan, layanan diskusi kelompok merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah, dalam hal ini dalah tingginya tingkatbermain *game online* berlebihan pada peserta didik. Hal ini disebabkan karena dalam layanan diskusi kelompok terjadi proses saling memberi dan menerima sehingga individu merasa berarti bagi orang lain yang selanjutnya akan mereduksi dalam bermain *game online* secara berlebihan pada siswa.

Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok merupakan teknik yang hanya dilakukan secara berkelompok. Suryosubroto (2001: 176) “menerangkan bahwa, diskusi merupakan salah satu percakapan ilmiah oleh beberapa yang tergabung dalam suatu kelompok untuk saling bertukar pendapat tentang sesuatu masalah atau bersama-sama mencari pemecahan mendapatkan jawaban dan kebenaran atas suatu masalah”. Sedangkan menurut Romlah (2006: 89) “diskusi kelompok adalah percakapan yang sudah di rencanakan anatra tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk

memperjelas suatu persoalan dibawah pimpinan seorang pemimpin”.

Tujuan diskusi kelompok dalam penelitian ini adalah melatih keberanian siswa untuk berani menyumbangkan buah pikirannya dengan cara ikut memberikan pendapat dalam diskusi kelompok, membantu siswa mengembangkan ketrampilan dalam mengemukakan pendapatnya secara jelas dan terarah sehingga dapat mengurangi kebiasaan siswa bermain *game online* secara berlebihan dengan mengalihkannya ke kegiatan yang positif, hal ini sangat penting sebagai upaya mengurangi bermain *game online* yang berlebihan pada siswa.

Proses diskusi sebagai format belajar mengajar akan terlihat pada siswa yang melakukan kegiatan bersama secara teratur, bertatap muka dalam rangka mempelajari dan membahas suatu masalah tertentu untuk berbagi informasi dan memecahkan masalah. Diskusi yang baik akan dapat melibatkan mental emosional siswa secara optimal. Bertukar pikiran antara para anggota diskusi merupakan kegiatan bertukar pengalaman dan saling menggali pengalaman sehingga diantara anggota kelompok terjadi kegiatan saling belajar dan terbuka.

Fungsi dan tujuan penggunaan teknik diskusi kelompok dalam mengurangi kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan dapat mendorong siswa untuk menggunakan pengetahuan dan pengalamannya dengan memanfaatkan informasi yang diperoleh selama mengikuti diskusi kelompok guna memecahkan masalah khususnya yang berkaitan dengan kebiasaan siswa bermain *game*, siswa menceritakan kebiasaan bermain *game online* serta alasan mereka bermain *game online* dan siswa mencari alternatif solusi pemecahan masalah agar kebiasaan *game online* berlebihan siswa berkurang. Diskusi kelompok tidak hanya memecahkan masalah, tetapi juga untuk memecahkan persoalan, serta untuk pengembangan pribadi.

Wardani (1983: 8) mengemukakan bahwa diskusi kelompok memiliki kelebihan dan kelemahan. Adapun kelebihan yang dimiliki antara lain: 1) kelompok memiliki sumber informasi maupun buah pikiran yang lebih kaya daripada yang dimiliki oleh individu, karena itu dapat menghasilkan keputusan yang lebih baik; 2) anggota kelompok sering mendapat motivasi oleh anggota kelompok lain; 3) anggota kelompok lebih merasa terikat dalam melaksanakan keputusan kelompok, karena mereka terlibat didalam proses pengambilan keputusan; 4) diskusi kelompok dapat meningkatkan

pemahaman terhadap diri sendiri, maupun pemahaman terhadap orang lain.

Selain beberapa kelebihan tersebut, Wardani (1983: 8-9) juga mengemukakan beberapa kelemahan diskusi kelompok, antara lain: 1) diskusi kelompok memerlukan waktu yang lebih banyak daripada cara belajar yang biasa; 2) dapat membosankan waktu, terutama bila terjadi hal-hal negative seperti : pengarahan yang kurang tepat, pembicaraan yang berlarutlarut, penyimpangan yang tidak ditegur, dll; 3) ada kalanya diskusi hanya didominasi oleh orang-orang tertentu saja.

Langkah-langkah dalam melaksanakan diskusi kelompok seperti yang dikemukakan oleh Suryosubroto (2009: 169-170) antara lain: 1) guru mengemukakan masalah yang akan didiskusikan dan memberikan pengarahan seperlunya mengenai cara-cara pemecahannya; 2) dengan pimpinan guru, para siswa membentuk kelompok diskusi, memilih pimpinan diskusi (ketua, sekretaris sebagai pencatat, pelapor), mengatur tempat duduk, ruangan, sarana dan sebagainya; 3) para siswa berdiskusi dalam kelompoknya masing-masing sedangkan guru berkeliling dari kelompok satu ke kelompok yang lain untuk menjaga ketertiban serta memberikan dorongan dan bantuan sepenuhnya agar setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dan agar diskusi berjalan lancar; 4) kemudian tiap kelompok melaporkan hasil diskusinya. Hasil-hasil yang dilaporkan itu ditanggapi oleh semua siswa (dari kelompok lain). Guru memberikan ulasan atau penjelasan terhadap laporan-laporan tersebut; 5) para siswa mencatat hasil diskusi dan guru mengumpulkan laporan hasil diskusi dari tiap-tiap kelompok sesudah para siswa mencatatnya.

Pelaksanaan diskusi kelompok tidak lepas dari kelompok. Pembentukan kelompok dapat dilakukan sesuai dengan alasan serta tujuan tertentu. Menurut Romlah (2006: 114), dalam pembentukan kelompok biasanya didasarkan pada: 1) alat pelajaran yang tidak mencukupi jumlahnya; 2) kemampuan belajar siswa; 3) minat khusus; 4) memperbesar partisipasi siswa; dan 5) kerjasama yang efektif.

Metode Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam tiga siklus tindakan. Satu siklus

terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi.

Pengujian validitas butir instrumen dilakukan dengan analisis butir yaitu mengkorelasikan skor butir dengan skor total. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII D SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berjumlah 10 siswa yang terindikasi kecanduan *game online*. Instrumen yang digunakan adalah angket dan pedoman observasi. Penelitian ini untuk mengukur reliabilitas instrument peneliti menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan reliabilitas internal. Analisis data statistik pada penelitian ini menggunakan rumus *t-test* untuk menguji perbedaan hasil *pretest* dan *posttest*.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa “ada penurunan kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan melalui diskusi kelompok pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun ajaran 2013/2014”. Penurunan tersebut dapat dilihat pada rerata skor *pretest* dan *posttest*. Hasil penurunan kebiasaan bermain *game online* berlebihan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1.

Skor Angket Kebiasaan Bermain Game Online Berlebihan Sebelum dan Setelah Diberi Teknik Diskusi Kelompok

Subyek	X1	X2
1	85	76
2	86	75
3	93	74
4	91	75
5	88	78
6	95	80
7	96	81
8	86	77
9	91	72
10	97	80
Total	908	768

Keterangan:

X1 : Skor jawaban siswa sebelum diberi tindakan (pre)

X2 : Skor jawaban siswa setelah diberi tindakan (post akhir/siklus II)

Kebiasaan bermain *game online* pada setiap siswa mengalami penurunan. Menurunnya kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan tersebut dapat diketahui dari hasil pemberian angket *pretest*

GAME ONLINE, DISKUSI KELOMPOK

dan *posttest* kebiasaan bermain *game online* berlebihan serta hasil mean yang menurun saat *pretest* dan *posttest*. Saat penerapan teknik diskusi kelompok, siswa memperhatikan ketika materi disampaikan, antusias dalam mengikuti layanan diskusi kelompok, dan mau bertanya materi atau topik yang dibahas. Selain itu metode penyampaian diskusi kelompok menarik perhatian siswa serta materi yang menjadi topik diskusi dapat menarik perhatian siswa.

Hasil penelitian ini membuktikan pendapat Romlah (2007: 90) yang menyatakan bahwa teknik diskusi kelompok membuat anggota kelompok menjadi lebih aktif, anggota kelompok dapat saling bertukar pikiran, dapat meningkatkan pengertian sosialisasi, anggota kelompok belajar mendengarkan pendapat orang lain, serta memberi kesempatan terhadap anggota untuk menjadi pemimpin kelompok. Dengan diskusi kelompok, siswa dapat saling bertukar pikiran mengenai kebiasaan bermain *game online* berlebihan. Satu sama lain siswa dapat mengungkapkan hal-hal negatif yang dirasakan dengan bermain *game online* secara terus-menerus pada prestasi belajar siswa.

Berdasarkan hasil diskusi kelompok menunjukkan siswa pada awalnya bermain *game online* sebagai sarana hiburan melalui internet. Namun lamakelamaan semakin tertarik dan tertantang hingga frekuensi maupun durasi memainkannya semakin sering dan akhirnya kecanduan. Dengan kebiasaan bermain *game online* berlebihan membuat peserta didik menjadi lupa waktu, lupa diri dan melupakan hal-hal lainnya yang ada dalam lingkungan sehingga tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar, dan berdampak pada rendahnya prestasi belajar.

Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Griffiths dan Hunt (1998) bahwa kecanduan *game online* adalah penyakit kronis, ditandai dengan rusaknya kontrol terhadap penggunaan materi psychoactive atau perilaku secara klinis. Perwujudannya terjadi baik secara biologis, psikologis, sosiologis, dan juga terhadap dimensi spiritual. Berdasarkan hal tersebut perlu adanya layanan yang diberikan melalui diskusi kelompok untuk mengurangi kecanduan *game online* siswa.

Melalui teknik diskusi kelompok, maka siswa akan menjadi aktif dan dapat memecahkan masalah yang ada terkait masalah kebiasaan bermain *game online* berlebihan. Berdasarkan data pengamatan ini melalui lembar observasi keterlaksanaan

pembelajaran melalui teknik diskusi kelompok juga menunjukkan peningkatan setiap siklusnya. Peningkatan pembelajaran melalui teknik diskusi terjadi pada setiap siklus tindakan yang diberikan. Hasil peningkatan skor pelaksanaan diskusi kelompok dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2

Skor Hasil Observasi Pelaksanaan Diskusi Kelompok dalam Nilai Skala 10

No	Nama	Pertemuan Ke			
		1	2	3	4
1	AN	5.83	6.25	8.75	9.17
2	BY	4.58	6.67	8.75	9.58
3	SA	5.83	5.83	9.17	9.17
4	DW	4.58	6.25	9.17	9.58
5	FN	5.42	6.25	9.17	9.58
6	SD	5.00	7.08	8.75	9.17
7	WT	5.00	7.08	8.33	9.17
8	YU	5.00	7.50	8.75	9.58
9	DS	5.83	7.50	8.33	9.58
10	TG	5.83	7.50	8.33	8.33
Σ	53.92	69.92	90.50	96.92	
Mean	9.71	12.53	16.18	17.26	

Skor hasil observasi perkembangan siswa tersebut kemudian ditransformasikan pada tabel 3 berikut mengenai hasil deskripsi data perkembangan siswa pada setiap siklus.

Tabel 3
Deskripsi Hasil Observasi Pelaksanaan Diskusi kelompok

No	Nama	Siklus	
		I	II
1	AN	Cukup	Baik
2	BY	Cukup	Baik
3	SA	Cukup	Baik
4	DW	Cukup	Baik
5	FN	Cukup	Baik
6	SD	Cukup	Baik
7	WT	Cukup	Baik
8	YU	Cukup	Baik
9	DS	Baik	Baik
10	TG	Baik	Baik

Keterangan skor penilaian:

1. Baik = 6,67 – 10
2. Cukup = 3,34 – 6,66
3. Kurang = 0,48 – 3,33

Skor rata-rata ketercapaian proses layanan teknik diskusi kelompok pada siklus I sebesar 2 berada pada kategori cukup dan pada siklus II mengalami peningkatan menjadi skor rata-rata sebesar 3 berada pada kategori baik. Selain itu berdasarkan hasil penelitian, kebiasaan bermain *game online* berlebihan siswa dapat berkurang setelah adanya penerapan teknik diskusi kelompok pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Hal ini dapat dilihat dari hasil kategorisasi bahwa pada siklus I sebagian besar kebiasaan bermain *game online* berlebihan sebagian besar siswa dalam kategori sedang sebanyak 30 orang (90,9%) sedangkan pada siklus II menurun sebagian besar menjadi pada kategori rendah yaitu sebanyak 19 orang (57,6%).

Dengan demikian adanya penerapan teknik diskusi kelompok telah efektif menurunkan kebiasaan bermain *game online* berlebihan siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Adanya penurunan kebiasaan bermain *game online* berlebihan siswa pada siklus kedua, sesuai dengan kriteria keberhasilan tindakan yang ingin dicapai yaitu, penurunan kebiasaan bermain *game online* berlebihan. Kegiatan belajar pada siklus II ini berjalan lebih efektif dan efisien, sehingga

sesuai dengan indikator keberhasilan pembelajaran.

Simpulan

Kesimpulan hasil penelitian mengenai upaya mengurangi kecanduan *game online* siswa melalui diskusi kelompok pada kelas VIII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014 yaitu Ada penurunan kebiasaan bermain *game online* berlebihan melalui teknik diskusi kelompok pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014. Penelitian ini bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling sebagai bahan pertimbangan dalam mereduksi kebiasaan bermain *game online* melalui teknik diskusi kelompok.

Referensi

- Arsyad, Azhar. (2006). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Fam, Genio. (2010). *99 Tips Mencegah Anak Kecanduan Game*. Yogyakarta: Leutika.
- Farzana, Aisyah. (2009). *Mencegah Anak Kecanduan Game*. Yogyakarta: penerbit Edukasia.
- Hartono. (2004). *Statistik untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, dan Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Prayitno, dan Amti, Erman. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rolling and Hunt. (2006). *Fundamentals of Game Design : Game Design and Development Series*. Prentice Hall.
- Romlah, Tatiek. (2006). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Smart, Aqila. (2010). *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*. Jogjakarta: A+Plus Books.
- Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Aditya Medika.
- _____. (2010). *Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Aditya Medika.
- _____. (2014). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

GAME ONLINE, DISKUSI KELOMPOK

- Sukardi, Dewa Ketut. (2000). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Surapnata, Sumarna. (2004). *Analisis, Validitas, Reliabilitas, dan Interpretasi Hasil Test*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Syaifuddin, Azwar. (2007). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Walgito, Bimo. (2004). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Andi Offset.
- W. S, Winkel dan Sri Hastuti. (2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yusuf, Syamsu, dan A. Juntika. (2006). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung. Remaja Reksadarya.