PENGEMBANGAN PANDUAN *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEREDUKSI KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA PESERTA DIDIK

Daniyatillah

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: daniyatillah.21077@mhs.unesa.ac.id

Bambang Dibyو Wiyono

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: bambangwiyono@unesa.ac.id

Abstrak

kecanduan *game online* adalah salah satu aktivitas yang dilakukan individu saat bermain *game online* tidak mengenal waktu sehingga individu tersebut tidak mengenal dirinya. Kecanduan *game online* dapat membuat individu tidak memiliki konsentrasi saat tidak memainkan game tersebut sehingga individu selalu membayangkan individu tersebut sedang bermain *game online*, selain itu individu yang sudah mengalami kecanduan pada *game online* akan memiliki fokus utama pada gamenya dibandingkan dengan kegiatan yang lebih bermanfaat. Kecanduan bermain *game online* secara berlebihan masih terjadi di lingkungan sekolah, tentunya memberikan dampak pada peserta didik yang memainkannya. Dari permasalahan yang terjadi akibat perilaku bermain *game online* secara berlebihan, menjadikan bahwasanya permasalahan ini penting untuk ditangani dengan baik. Tujuan penelitian dan pengembangan ini yaitu untuk menghasilkan panduan konseling individu berbasis teknik *motivational interviewing* sebagai upaya mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik SMA Negeri 3 Surabaya. Selain itu panduan digunakan untuk membantu guru bimbingan dan konseling mengembangkan kompetensi dalam permasalahan kecanduan *game online*. Penelitian ini menggunakan Desain penelitian Research & Development (R&D) yang dilakukan sampai tahap kelima, yaitu: 1) pengumpulan informasi, 2) perencanaan, 3) desain produk, 4) uji coba awal dan 5) revisi produk. Berdasarkan hasil dari validasi ahli yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa buku panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik memiliki kelayakan untuk memperoleh alternatif keputusan.

Kata Kunci: panduan, teknik *motivational interviewing*, kecanduan *game online*

Abstract

Online game addiction is one of the activities carried out by individuals when playing online games without knowing the time so that the individual does not know himself. Online game addiction can make individuals lose concentration when not playing the game so that individuals always imagine that the individual is playing online games, in addition, individuals who are already addicted to online games will have a main focus on their games compared to more useful activities. Excessive online game addiction still occurs in the school environment, of course it has an impact on students who play it. From the problems that occur due to excessive online game playing behavior, it makes it important to handle this problem properly. The purpose of this research and development is to produce individual counseling guidelines based on motivational interviewing techniques as an effort to reduce online game addiction in students of SMA Negeri 3 Surabaya. In addition, the guide is used to help guidance and counseling teachers develop competence in online game addiction problems. This study uses a Research & Development (R&D) research design which is carried out up to the fifth stage, namely: 1) information collection, 2) planning, 3) product design, 4) initial trials and 5) product revision. Based on the results of the expert validation that has been carried out, it can be concluded that the motivational interviewing guidebook for reducing online game addiction in students is suitable for obtaining alternative decisions.

Keywords: guide, motivational interviewing techniques, online game addiction

PENDAHULUAN

Era digital memiliki karakteristik salah satu benda wajib dimiliki semua orang yaitu gadget, mulai dari orang tua hingga anak-anak. Kemudahan untuk mengakses dan memiliki berbagai macam fitur menarik membuat semua orang terikat dan menghabiskan waktu lama dengan gadget mereka. Menurut Novrialdy, (2019) masa remaja adalah fase perahlian dari kanak-kanak kemasa remaja, yang dimana memiliki rentan usia 12–18 tahun, masa ini sering kali dikaitkan dengan persepsi dan stereotip tentang penyimpangan, adapun beberapa penyimpangan yang ditunjukkan oleh remaja salah satunya berhubungan dengan dunia online. Diera sekarang banyak remaja diberikan kecanggihan teknologi saat mencari informasi untuk mendapatkan pengetahuan dan pemahaman yang lebih agar dapat berkembang secara optimal, sehingga remaja sekarang sering dikenal sebagai generasi post millennial dengan memiliki ciri-ciri kemudahan berkembangnya suatu teknologi yang mudah diakses, sehingga dengan kata lain remaja saat ini bisa dikatakan dengan generasi yang paham (melek) teknologi.

Menurut Adiningtiyas, (2017) Perkembangan pesat dalam teknologi, industrialisasi, dan informasi menghasilkan berbagai produk teknologi yang tak terhitung jumlahnya dan sangat beragam, dirancang untuk menyediakan apa yang dibutuhkan oleh manusia dalam berbagai bidang seperti pendidikan, kesehatan, dan hiburan. Salah satu teknologi yang banyak digemari oleh siswa yakni *game online*. *Game online* ini menjadi pilihan aktivitas yang memberikan kesenangan bagi mereka saat bermain.

Game online Firdaus, & Andriyani, (2018) adalah salah satu gaya permainan yang terhubung dalam via internet, waktu memainkan *game online* ini bisa menggunakan beberapa alat teknologi seperti komputer, laptop, handphone, dan perangkat digital lainnya. *Game online* bisa dimainkan oleh sekelompok atau individu dengan melalui internet dan memiliki variasi permainan yang dimulai dengan berbasis teks hingga menggunakan grafik canggih untuk menciptakan dunia virtual, agar dapat dimainkan secara bersama oleh para pemain. Melalui permainan para pemain dapat melakukan interaksi sosial secara virtual dan juga menciptakan suatu komunitas dalam game tersebut.

Menurut Pratama, (2017) kecanduan *game online* adalah kegiatan menggunakan perangkat elektronik seperti stamrphone secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai macam masalah pada beberapa aspek sosial, aspek emosional serta dimana pelaku tidak dapat mengendalikan permainan yang dilakukan. Istilah *game addiction* digunakan untuk menggambarkan kecanduan *game online*, memiliki arti dimana seseorang bermain game secara berlebihan tanpa memikirkan kegiatan lain selain melakukan *game online* dan beranggapan bahwasnya *game online* adalah hidupnya serta

mempunyai negatif bagi yang melakukannya.

Menurut Nasir, (2023) terdapat fenomena pemain *game* di Indonesia selalu mengalami peningkatan 5%-10% disetiap tahun, di Indonesia, terdapat 25 juta orang yang bermain *game online* serta menunjukkan kemajuan tren gaming yang begitu pesat. *Game online* kini, dikenal sebagai salah satu kategori permainan berkembang dan populer, sehingga dapat diukur sedari tahun 2017 yang dimana terdapat peningkatan sebesar 30% dari segi pengguna, hampir mewakili 82% semua pendapatan yang berasal dari aplikasi dengan memiliki presentase peningkatan 19,1% terhitung mulai dari Januari sampai Juni 2018. Bertambahnya variasi game turut menjadi bukti bahwa adanya peembangan *game online*.

Menurut Candranita, (2023) kominfo dalam laporan tahun 2016 menyebutkan bahwasnya kegiatan yang paling dilakukan saat mengakses internet adalah bermain *game online*, termasuk dalam peringkat ke 5 saat membuka internet memiliki presentase 49%. Salah satunya yaitu pelajar yang dimana memiliki presentase membuka *game online* 51%. Sementara berdasarkan survey hasil asosiasi penyelenggara jasa internet Indonesia (APJII) tahun 2017 menunjukkan jumlah pengguna internet di Indonesia 143,26 jiwa dari total populasi penduduk yang berada di Indonesia 262 juta jiwa. Pengguna internet berdasarkan usia (13-18 tahun) sebesar 75,50%, perangkat yang digunakan untuk mengakses internet adalah smarthphone (44,16%) dan sementara 54,13% pengguna internet di Indonesia memanfaatkan untuk melakukan aksi bermain *game online*.

Menurut Novrialdy, (2019) menjelaskan permasalahan yang sering dialami siswa kecanduan *game online* di antaranya kurangnya rasa peduli dalam kegiatan sosial, tidak dapat mengontrol waktu saat bermain *game online*, menurunnya prestasi akademik, serta menurunnya fungsi kehidupan lainnya yang lebih penting, secara berlebihan bermain *game online* dapat mengganggu kehidupan sehari-hari dapat mengubah mana dulu yang harus diprioritaskan oleh remaja, serta menghasilkan minat yang rendah terhadap aktivitas lain yang tidak ada hubungannya dengan *game online*.

Sementara Fitrajaya, (2022) menjelaskan bermain *game online* secara berlebihan dapat membawa dampak bagi kesehatan seperti obesitas, sakit punggung dan nyeri sendi karena dimana individu yang bermain game cenderung jarang melakukan aktivitas dan individu tersebut fokus pada *gamenya*. Selanjutnya juga menyebabkan sakit mata karena pantulan sinar radiasi dari perangkat yang digunakan saat bermain *game* sehingga menyebabkan mata iritasi dan memerah. Yang tidak kalah penting yaitu mengalami ganggu pada otak karena remaja yang bermain *game* akan terfokus perhatiannya pada *game* tersebut sehingga fungsi otak menurun. Kemudian juga terjadi pada masalah jantung yaitu hipertensi masalah ini terjadi karena

kurangnya waktu tidur yang cukup dan normal yang dimana rentan waktu tidur yang normal 8 jam sehari. Selain itu juga memiliki dampak pada kehidupan sehari-hari remaja yang dimana remaja malas untuk belajar dan kurang memiliki motivasi untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh sekolah, hal tersebut dapat menurunkan nilai akademik.

Dalam beberapa permasalahan di atas diperlukan peran guru bimbingan dan konseling salah satunya menggunakan layanan responsif kepada peserta didik. Menurut Ardi, (2019) layanan responsif adalah salah satu layanan yang memberikan bantuan kepada siswa saat menghadapi situasi permasalahan yang perlu diselesaikan, karena jika masalah ini tidak segera ditangani, dapat berdampak buruk pada perkembangan siswa. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling berperan penting dalam mendukung siswa yang mengalami kecanduan *game online* dengan memberikan layanan konseling, baik secara individu maupun kelompok.

Dari berbagai permasalahan yang ditimbulkan akibat *adiksi game online*, hal ini menjadikan masalah tersebut penting untuk ditangani dengan tepat. tentunya perlu untuk menangani *adiksi game online*. Guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 3 Surabaya mengungkapkan bahwa selama ini penanganan yang dilakukan oleh guru BK terkait kasus peserta didik yang ketergantungan *game online* diberikan layanan konseling baik individu maupun kelompok dengan menggunakan konseling umumnya tanpa pendekatan khusus yaitu seperti memberikan dukungan, nasehat, dan mendengarkan beberapa asumsi peserta didik serta menunjukkan sikap empati

Dalam membantu individu bergerak untuk melakukan sebuah proses perubahan akan mengimplementasikan layanan dan metode intervensi yang dipilih dan dirasa berhasil dalam menangani permasalahan tersebut dengan menggunakan layanan konseling individual menggunakan teknik *motivational interviewing*. Alasan menggunakan teknik *motivational interviewing* menjadi alternatif untuk mereduksi ketergantungan *game online* pada peserta didik karena dalam proses konseling memiliki fokus pada proses meningkatkan motivasi intrinsik yang berada dalam diri individu untuk mengenali perilaku maladaptifnya. Selain itu, *MI* memberikan penekanan pada tanggung jawab konseli untuk bekerja sama dengan cara yang kooperatif untuk menemukan solusi atau alternatif atas masalah yang dihadapi. Konselor juga mempercayai kemampuan, sumber daya, dan kompetensi konseli yang sadar akan keinginan untuk berubah menjadi lebih baik dan mencapai perubahan yang positif. Mulawarman (2020).

Menurut Rollnick, (2017) adalah suatu proses yang dimana membantu klien dalam membangun motivasi internal untuk melakukan perubahan dan

meraih tujuan konseling. Sementara menurut Kurnia Sandi & Noviza, (2023) teknik *motivational interviewing* juga mengadaptasi bidang-bidang inti dan memiliki sifat *client centered* dengan meliputi empati, kehangatan, ketulusan, dan penerimaan tanpa syarat yang diperlukan untuk mengatasi resistensi konseli, sekaligus mendukung konseli untuk mencapai perubahan menuju kondisi yang lebih baik. sesuai yang diinginkan serta dapat dijadikan metode dalam mengatasi masalah tersebut karena dapat membantu konseli untuk mengubah perilaku ambivalensi dengan cara mengeksplorasi dan mengembangkan motivasi intrinsik untuk berubah.

Menurut Mulawarman (2020) ambivalensi merupakan perasaan ambigu yang terdapat pada individu, dimana posisi individu pada merasa senang dengan perilakunya, akan tetapi pada sisi yang lain dia juga tidak menyenangi perilakunya. Jadi, bisa dikatakan dalam satu kondisi dia juga menyenangi hal tersebut disisi dia yang lain tidak menyenangi. Sementara Harijanto, (2015) *motivational Interviewing* adalah metode konseling yang memberikan petunjuk atau arahan memiliki fokus utama pada konseli untuk meningkatkan motivasi intrinsik agar dapat melakukan perubahan dengan cara menyadari dan menyelesaikan ambivalensi antara perilaku sekarang dengan tujuan dan nilai yang ingin dicapai di masa depan. Hal ini senada dengan Nuryono, christiana dan purwoko (2023) *MI* adalah salah satu teknik konseling yang berfokus pada individu untuk mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi untuk mengubah perilaku tersebut, dan memiliki tujuan untuk mengidentifikasi dan meningkatkan motivasi untuk melakukan perubahan yang konsisten pada konseli.

Motivational Interviewing dirancang untuk mengurangi ambivalensi dan meningkatkan motivasi untuk melakukan perubahan, dimana konselor memberikan contoh kesenjangan antara tingkah laku serta nilai-nilai untuk meningkatkan motivasi konseli sehingga hal tersebut konseli dapat melakukan perubahan. Konselor juga memberikan perhatian khusus pada pernyataan konseli untuk melakukan sebuah perubahan Corey, (2015).

Berdasarkan penjabaran di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan sebuah produk dalam bentuk panduan konseling individu dengan teknik *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik SMA Negeri 3 Surabaya.

METODE

Metode penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang sesuai dengan *Research &*

Development (R&D) merupakan suatu metode penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan produk tertentu. Dalam penelitian ini mengembangkan suatu produk yang berupa buku panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik SMA.

Menurut Borg & Gall (dalam Sugiyono, 2019),

terdapat sepuluh tahapan dalam penelitian pengembangan. Namun karena faktor waktu dan biaya yang terbatas, penelitian ini hanya akan dilaksanakan hingga tahap kelima. Pendekatan ini juga sesuai dengan tujuan penelitian, yang berfokus pada upaya mereduksi kecanduan *game online* di kalangan peserta didik SMA.

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari analisis kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif dilakukan dengan mengumpulkan masukan dari para ahli mengenai produk panduan, yang akan dijadikan sebagai dasar untuk perbaikan produk tersebut. Sementara itu, analisis kuantitatif diperoleh melalui hasil penilaian dari angket yang telah disebarkan kepada para ahli. Rumus yang digunakan dalam perhitungan analisis kuantitatif pada penelitian ini Emzir (2021) sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum x}{\sum xi} \times 100\%$$

Keterangan

P = Hasil presentase

$\sum x$ = Jumlah skor ahli

$\sum xi$ = Jumlah skor total

Tabel 1. Ketentuan Skoring

Jawaban	Skor
Sangat Sesuai (SS)	4
Sesuai (S)	3
Tidak Sesuai (TS)	2
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1

Tabel 2. Kriteria Kualitas Produk

Presentase	Kriteria
76% - 100%	Sangat baik atau tidak revisi
51% - 75%	Baik atau tidak revisi
26% - 50%	Kurang baik atau revisi
0 - 25	Tidak baik atau revisi

HASIL

Pengumpulan Informasi

Untuk mengetahui kebutuhan peserta didik terhadap produk yang sedang dikembangkan, pengumpulan informasi menjadi hal yang sangat penting. Pada tahap awal ini melakukan wawancara bersama dengan guru bimbingan dan konseling serta beberapa peserta didik SMAN 3 Surabaya untuk mendapatkan data proses ini dilakukan November sampai Desember 2024. Berdasarkan hasil pengamatan guru bimbingan dan konseling laporan mengenai peserta didik yang kecanduan *game online* memiliki penurunan dalam prestasi akademik dimana individu yang sedang mengalami kecanduan *game online* memiliki rendahnya aktivitas lain dibandingkan dengan *game online*, seperti terlambatnya mengumpulkan tugas-tugas yang diberikan, sering mengantuk dan kurang fokus

terhadap pembelajaran dan yang paling penting kesehatan menurun.

Selain itu juga pengumpulan informasi juga memperoleh melalui hasil analisis skala *adiksi game online* yang disebarkan pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 3 Surabaya, sehingga memperoleh data terdapat 10 peserta didik yang memiliki kategori bermain *game online* tinggi.

Perencanaan

Setelah mengetahui informasi permasalahan yang terjadi di SMAN 3 Surabaya, peneliti mengumpulkan informasi sebagai bahan perencanaan produk berupa buku panduan yang digunakan guru BK dalam memberikan layanan khusus untuk menyelesaikan permasalahan kecanduan *game online* pada peserta didik dengan menggunakan teknik *motivational interviewing*. Berdasarkan teori dan penelitian terdahulu yang relevan *motivational interviewing* terbukti efektif untuk mereduksi kecanduan *game online*. Selain itu melalui perencanaan dapat menentukan kriteria subjek uji coba dari isi buku panduan yang dikembangkan.

Mengembangkan Bentuk Awal Produk

Materi yang berada didalam buku panduan berisi tentang kecanduan *game online* dan *motivational interviewing* yang disusun dari berbagai sumber seperti buku dan jurnal. Materi kecanduan *game online* meliputi pengertian, jenis-jenis game, ciri-ciri kecanduan, faktor dan dampak. Sementara materi dalam teknik *motivational interviewing* meliputi pengertian, hakikat manusia, prinsip, keterampilan dan tahapan.

Selanjutnya melakukan penyusunan rencana pelaksanaan layanan atau bisa disebut (RPL) memiliki tujuan untuk diimplementasikan oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan konseling individu menggunakan teknik *motivational interviewing*.

Peneliti melakukan pembuatan desain dan media yang menarik sehingga dapat dipahami dalam penyusunan panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi peserta didik yang *kecanduan game online*.

Uji coba awal

Tahap selanjutnya melakukan uji coba awal melalui angket akseptabilitas. Uji validasi dilakukan kepada ahli materi yang memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Penilaian Ahli Materi

No	Kategori	Presentase	Kriteria
1	Kegunaan	95%	Sangat baik
2	Kelayakan	93,75%	Sangat baik
3	Ketepatan	90%	Sangat baik
4	Keputusan	100%	Sangat baik
Rata-rata		94,68%	Sangat baik

Tabel 4. Hasil Penilaian Ahli Media

No	Kategori	Presentase	Kriteria
1	Kegunaan	100%	Sangat baik
2	Kelayakan	100%	Sangat baik
No	Kategori	Presentase	Kriteria
3	Ketepatan	90%	Sangat baik
4	Keputusan	100%	Sangat baik
Rata-rata		97,5%	Sangat baik

Dari hasil validasi ahli materi didapatkan presentase sebesar 94,68% dan dari hasil penilaian ahli media didapatkan presentase 97,5% maka dapat dikatakan bahwa panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* mendapatkan kriteria sangat baik.

Revisi Produk

Masukan dan tanggapan dari ahli mengenai panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* peserta didik SMA adalah bahwa panduan tersebut sudah komprehensif dan siap untuk diuji coba di lapangan tanpa perlu ada revisi.

PEMBAHASAN

Buku panduan *motivational interviewing* ini dibuat berdasarkan hasil analisis terhadap kebutuhan siswa di SMA Negeri 3 Surabaya. Dengan mendapatkan informasi melalui hasil wawancara guru bimbingan dan konseling dan peserta didik SMA Negeri 3 Surabaya yang dilakukan pada bulan November sampai Desember 2024, diketahui terdapat peserta didik yang sering bermain *game online* secara berlebihan sehingga mengganggu konsentrasi dalam pembelajaran. Durasi bermain *game* yang dilakukan oleh subjek adalah 5-6 jam, sehingga dapat dikatakan bahwa subjek tersebut termasuk dalam kategori *adiksi game online* yang tinggi. Menurut Sandya & Ramadhani, (2021) *adiksi game online* dianggap tinggi jika durasinya melebihi 5 jam, sedang jika durasinya antara 3 hingga 5 jam, dan rendah jika bermain *game* hanya 1 hingga 2 jam.

Peneliti juga melakukan penyebaran skala kecanduan *game online* kepada 65 peserta didik SMA Negeri 3 Surabaya. Penyebaran skala dilakukan pada bulan Oktober 2024. Dari hasil penyebaran skala kecanduan *game online* terdapat 10 peserta didik memiliki kategori tinggi. Dari berbagai permasalahan yang ditimbulkan akibat *adiksi game online*, hal ini menjadikan masalah tersebut penting untuk ditangani dengan tepat. tentunya perlu untuk menangani *adiksi game online*.

Guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 3 Surabaya mengungkapkan bahwa selama ini penanganan yang dilakukan oleh guru BK terkait kasus peserta didik yang ketergantungan *game online* diberikan layanan konseling baik individu maupun kelompok dengan menggunakan konseling umumnya tanpa pendekatan khusus yaitu seperti

memberikan dukungan, nasehat, dan mendengarkan beberapa asumsi peserta didik serta menunjukkan sikap empati. Dalam membantu individu bergerak untuk melakukan perubahan maka akan mengimplementasikan layanan khusus untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik. Berdasarkan penelitian terdahulu teknik *motivational interviewing* efektif untuk mereduksi kecanduan *game online*.

Selain itu juga kinerja konselor juga berpengaruh terhadap keberhasilan penerapan *motivational interviewing*. Dalam memberikan layanan, konselor harus memperhatikan kebutuhan peserta didik dengan terlebih dahulu melakukan asesmen dan memiliki pengetahuan yang memadai mengenai layanan konseling yang efektif digunakan untuk menyelesaikan permasalahan. Menurut Nursalim, (2015) kinerja konselor atau guru BK memiliki kriteria khusus. Kinerja mereka dapat dinilai dan diukur berdasarkan kompetensi yang harus dimiliki oleh setiap konselor atau guru BK. Hal ini senada dengan wiyono (2023) kinerja konselor dalam mengimplementasikan layanan yang akan diberikan dengan melihat beberapa indikator yang penting untuk menunjang keberhasilan proses konseling seperti melakukan asesmen terkait permasalahan dan kebutuhan saat konseling, wawasan sangat diperlukan konselor agar dapat memiliki pengetahuan yang efektif dan memiliki keterampilan dalam memberikan layanan yang dibutuhkan oleh konseli, oleh karena itu buku panduan ini disusun untuk membantu guru bk dalam mengembangkan kompetensi yang dimiliki dalam mengatasi tingginya ketergantungan *game online* pada peserta didik.

Pengembangan produk dalam bentuk buku panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik berisi beberapa bagian, yakni: Bagian I panduan umum yang berisi rasional, kecanduan *game online*, teknik *motivational interviewing*, tujuan konseling, sasaran konseling, tempat dan karakteristik subjek dan jadwal pelaksanaan konseling. Pada bagian II panduan pelaksanaan konseling terdiri pra-konseling, sesi 1, sesi 2, sesi 3, sesi 4 dan pasca konseling tidak lupa dilengkapi dengan LKPD dan tahapan saat melaksanakan proses konseling. Bagian III terdiri Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL), skala kecanduan *game online* dan juga lembar pengamatan.

PENUTUP

Simpulan

Media panduan teknik *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik telah dinyatakan memenuhi kriteria akseptabilitas. Berdasarkan persentase hasil validasi oleh ahli materi mencapai 94,68%, sedangkan validasi oleh ahli media menunjukkan persentase

97,5%. Dengan demikian, produk ini dinyatakan telah memenuhi kriteria akseptabilitas dalam kategori sangat baik.

Saran

Terpenuhinya penelitian mengenai pengembangan panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* dapat dijadikan dasar pemberian saran sebagai berikut:

a. Guru BK

Panduan *motivational interviewing* terdapat informasi mengenai tahapan konseling individu melalui teknik *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan terbukti efektif, guru bimbingan konseling dapat menggunakan panduan ini dalam memberikan layanan konseling kepada peserta didik yang mengalami kecanduan *game online* yang tinggi.

b. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan hasil yang sangat baik, sehingga memenuhi standar akseptabilitas. Penelitian yang telah dilakukan peneliti ini bisa menjadi bahan informasi serta referensi mengenai teknik *motivational interviewing* untuk menurunkan kebiasaan bermain *game online*. Sehubungan dengan beberapa hambatan atau keterbatasan yang ditemui peneliti yaitu mengimplementasikan 5 tahap karena keterbatasan waktu dan biaya. Oleh karena itu diharapkan pada penelitian selanjutnya bisa mengimplementasikan 5-10 tahap agar dapat mengetahui efektifitas dari produk panduan *motivational interviewing* untuk mereduksi kecanduan *game online*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtiyas, S. W. (2017). Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online. *Kopasta: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 4(1), 28–40.
<https://doi.org/10.33373/Kop.V4i1.1121>
- Ardi, A. (2019). Peran Bimbingan Konseling Islam Mengatasi Kecanduan Game Online. *Ekspose: Jurnal Penelitian Hukum Dan Pendidikan*, 18(1), 802–810.
<https://doi.org/10.30863/Ekspose.V18i1.370>
- Candranita, F. D. (2023). Hubungan Aktivitas Penggunaan Game Online Dengan Emosional Pengguna Pada Siswa- Siswi Kelas XI SMA NEGERI 3 Bondowoso. *Artikel Jurnal.Pdf*
- Corey, G. (2015). *Theory And Practice Of Counseling And Psychotherapy*.
- Emzir (2021) *Metodologi Penelitian Pendidikan* (S.Rinanldy, Ed.; 1st ed.) PT. Rajagrafindo Persada
- Firdaus, Y. P., & Andriyani, T. (2018). Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Konsumtif Siswa Pengguna Game Online
- Fitrajaya, R. R., Utomo, I. P., & Handayani, L. (2022). Dampak Kesehatan Akibat Kecanduan Game Online Pada Remaja. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 4(2), 102–113.
<https://doi.org/10.12928/Promkes.V4i2.5651>
- Harjinto (2015). Pengaruh Konseling Motivational Interviewing Terhadap Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Effect Of Motivational Interviewing Counseling On Hypertension Patients ' S Adherence Of Taking Medicine. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 28(4), 345–353.
- Nasir, Et, A. (2023). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Bermain Game Online Pada Generasi Z Dikomunitas Gamer Pekan Baru. 9, 356–363
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. [Buletinpsikologi.47402](https://doi.org/10.47402/buletinpsikologi.47402).
- Nursalim. (2015). pengembangan profesi bimbingan dan konseling
- Nuryono, W., Christiana, E., & Purwoko, B. (2023). Teknik Motivational Interviewing Untuk Mengurangi Adiksi Game Online. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 6(1), 109-119.
- Pratama, A. S. P. (2017). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Pada Smartphone (Mobile Online Games) Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Angkatan. *Jurnal Sains Dan Seni ITS*, 6(1), 51–66.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Afabeta
- Wiyono, B. D., Nursalim, M., Pratiwi, T. I., & Ilhamuddin, M. F. (2023). Evaluation of The Achievement Motivation of Senior High School Students. *Atlantis Press SARL*.
https://doi.org/10.2991/978-2-38476-008-4_109