

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Token Economy Dalam Menurunkan Kecanduan Game Online Siswa Kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang

Rojanah¹, Sri Sayekti², Sri Redjeki³

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP¹

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP²

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP³

✉ (rojanajaanett@gmail.com), Universitas Ivet

DOI : <https://doi.org/10.31331/emp.v2i1.kodeartikel>

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit

Direvisi

Disetujui

Keywords:

Token Economy; Group

Guidance; Online Game

Addiction

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy dalam menurunkan kecanduan game online siswa kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian true eksperimental design, dengan jenis metode penelitiannya pretest-posttest kontrol group design (desain kelompok kontrol pretest-posttest). Dalam penelitian ini teknik analisis data menggunakan Uji Independent Sample T-test. Teknik dalam pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecanduan game online siswa kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang berada dikategori rendah dengan perolehan hasil perhitungan analisis deksriptif persentase sebesar 57%. Perhitungan rata-rata pretest kelompok eksperimen 91.63, kelompok kontrol 65.63. Setelah diberi perlakuan hasil posttest nilai rata-rata kelompok eksperimen 60.00, kelompok kontrol 51.63. Berdasarkan hasil Uji Independent Sample T-test nilai sig. (2-tailed) 0,000 < 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Maka (Ho) ditolak, dan Hipotesis kerja (Ha) diterima.

Abstract

This reseach aims to describe the effectiveness of group guidance services with token economy techniques in reducing online game addiction of students in class VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang. This study uses the type of research true experimental design, with the type of research method pretest-posttest kontrol group design (pretest-posttest kontrol group design). In this study, the data analysis technique used the Independent Sample T-test. The sampling technique used purposive sampling technique. The results showed that the level of addiction to online games of students in class VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang was in the low category with the acquisition of the results of the descriptive analysis calculation of the percentage of 57%. Calculation of the average pretest of the experimental group 91.63, kontrol group 65.63. After being treated with the posttest results, the average value of the experimental group was 60.00, the kontrol group was 51.63. Based on the results of the Independent Sample T-test the sig value. (2-tailed) 0.000 < 0.05 indicates a significant difference. Then (Ho) is rejected, and the working hypothesis (Ha) is accepted.

PENDAHULUAN

Zaman sekarang dunia mengalami perubahan yang sangat pesat, termasuk perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Menurut Jannah et al. (2022) era globalisasi merupakan sebuah era teknologi informasi dan ilmu komunikasi yang mendorong berkembangnya berbagai produk teknologi yang memiliki nilai relatif tinggi dan penerapan yang praktis sehingga memudahkan kehidupan setiap individu dalam bidang pendidikan, ilmu pengetahuan, kesehatan, dan hiburan. Salah satu hiburan yang saat ini sangat populer dan menarik di kalangan anak-anak maupun remaja adalah game online. Menurut Adiningtiyas (2017) salah satu produk teknologi yang saat ini sedang marak di kalangan siswa adalah video game dan game online. Video games yang terus berkembang dan memiliki berbagai jenis, seperti Nitendo, sega, dan game online. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti selama PLP (Pengenalan Lapangan Persekolahan) di SMP Kesatrian 2 Semarang, dapat diperkirakan ada sebagian peserta didik dari kelas VIII A yang mengalami kecanduan game online. Terdapat siswa-siswi yang menggunakan handphone tidak untuk belajar melainkan untuk bermain game online. Hal itu membuat proses belajar siswa terganggu, dan siswa tidak bisa memanfaatkan waktu belajar dengan baik. Tumiye & Sembiring (2018) menyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling signifikan dalam mengurangi kecanduan game pada siswa. Untuk mengurangi kecanduan game online di sekolah salah satunya dengan layanan bimbingan kelompok. Menurut Fazny (2022) layanan bimbingan kelompok dapat mencegah perilaku kecanduan game.

Dalam bimbingan kelompok terdapat beberapa pendekatan dan teknik yang bisa digunakan untuk mencapainya tujuan pelaksanaan layanan. Penelitian ini menggunakan teknik modifikasi perilaku token

economy yang berdasarkan pendekatan behaviour dari Skinner. Teknik ini dapat diimplementasikan dalam bentuk bimbingan kelompok dengan pemberian reward atau gift yang bermanfaat bagi siswa dan dapat mengurangi kecanduan game online pada siswa. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini ; "Bagaimana Tingkat Kecanduan Game Online Siswa Kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang?" Dan "Bagaimana Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Token Economy* Dalam Menurunkan Kecanduan Game Online Siswa Kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang? ". Kemudian tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan tingkat kecanduan game online siswa kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang dan Untuk Mendeskripsikan Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Token Economy* Dalam Menurunkan Kecanduan Game Online Siswa Kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang.

Hasil penelitian Setia (2019) yang berjudul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Mencegah Kecanduan *Game Online* Siswa Kelas X Di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung." Menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan Teknik Sosiodrama efektif untuk mencegah kecanduan game online siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Perbedaan penelitian diatas dengan skripsi penulis yaitu dalam penelitian tersebut menggunakan teknik Sosiodrama untuk mencegah kecanduan game online, sedangkan dalam penelitian penulis menggunakan teknik *Token economy* dalam menurunkan kecanduan game online.

Menurut Prayitno (dalam Oktava et al., 2020) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang memberikan informasi dan bantuan yang dilaksanakan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna untuk

mencapai tujuan bersama. Token economy menurut Erford (2015) adalah sebuah teknik yang berasal dari hasil karya teoritis perilaku operant, yaitu B.F. Skinner. Salah satu teknik yang digunakan sebagai salah satu teknik modifikasi perilaku adalah teknik token economy, dalam pelaksanaannya dilandaskan pada pendekatan perilaku yang menggunakan penguatan positif. Menurut Cambridge Dictionary (dalam Suplig, 2017) kecanduan adalah menyukai sesuatu yang berlebihan dan melakukan atau memiliki itu secara berlebihan. Jadi bisa disimpulkan bahwa kecanduan adalah sesuatu yang dilakukan secara berlebihan karena menyenangkan sehingga melupakan hal-hal yang lain. Game online menurut Rahmatullah et al. (2022) merupakan permainan digital yang dapat diakses melalui jaringan komunikasi baik itu LAN atau internet, game online juga banyak diminati oleh remaja karena bisa dimainkan sendirian atau kelompok, bahkan menjadi trend dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian True Experimental Design, dimana peneliti membagi dua kelompok yang dipilih yaitu satu kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal apakah ada perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jenis metode penelitiannya pretest-posttest kontrol group design (desain kelompok kontrol pretest-posttest).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang yang berjumlah 26 peserta didik. Teknik dalam pengambilan sampel ini menggunakan teknik *purposive sampling*, menurut Sugiyono (2018) yaitu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan pertimbangan tertentu sesuai kriteria yang diinginkan. Variabel penelitian

menurut Sugiyono (2018) merupakan obyek suatu penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian untuk dipelajari kemudian ditarik menjadi suatu kesimpulan. Variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah yaitu variabel bebas ; layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy, dan variabel terikat ; kecanduan game online.

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner atau angket menurut Sugiyono (2018) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi sebuah pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden untuk dijawabnya.

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji dari Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai signifikansi $> \alpha = 0,05$ berarti data residual terdistribusi normal, apabila nilai signifikansi $< \alpha = 0,05$ maka data tidak terdistribusi normal. Uji homogenitas digunakan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama. Apabila kemungkinan nilai sig. $< 0,05$ maka varians dari dua atau lebih kelompok populasi atau sampel data tidak homogen, apabila kemungkinan sig. $> 0,05$ maka varians dari dua atau lebih kelompok populasi atau sampel data homogen. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan Uji *Independent Sampel T-test* yang digunakan untuk menguji komparatif dua sampel Independen. Analisis data ini menggunakan SPSS 21 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas dengan uji non-parametrik Kolmogorov-Smirnov dengan taraf sig. 0,05 menggunakan bantuan dari program SPSS 21 for Windows sebagai berikut :

Tests of Normality

	Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Kecanduan Game Online	PreTest Eksperimen	.275	8	.076	.899	8	.285
	PostTest Eksperimen	.200	8	.200*	.938	8	.592
	PreTest Kontrol	.159	8	.200*	.934	8	.551
	PostTest Kontrol	.218	8	.200*	.888	8	.222

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan uji normalitas pada uji Kolmogorov-Smirnov Test yang telah dilakukan, memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dengan ini dinyatakan bahwa data residual berdistribusi normal.

Uji homogenitas menggunakan bantuan SPSS 21 for Windows taraf sig. 0,05 sebagai berikut :

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil kecanduan Game Online	Based on Mean	2.884	1	14	.112
	Based on Median	1.840	1	14	.196
	Based on Median and with adjusted df	1.840	1	8.843	.209
	Based on trimmed mean	2.580	1	14	.131

Berdasarkan uji homogenitas yang telah dilakukan, memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dengan ini dapat dinyatakan bahwa data homogen.

Hasil Uji Independent Sampel T-test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam menurunkan kecanduan game online sebagai berikut :

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil kecanduan Game Online	Equal variances assumed	2.884	.112	4.597	14	.000	8.375	1.822	4.467	12.283
	Equal variances not assumed			4.597	9.985	.001	8.375	1.822	4.315	12.435

Berdasarkan tabel Independent Sample T-test nilai sig. (2-tailed) dari Equality of Means $0,000 < 0,05$ dengan taraf kepercayaan 95% data signifikan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil analisis angket posttest eksperimen dan posttest kontrol. Ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy efektif dalam menurunkan kecanduan game online siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan di lapangan, hasil data pretest kelas VIII A total yang didapatkan sebesar 1767, berdasarkan perhitungan deskriptif persentase hasil tersebut dibagi 3.120 lalu dikalikan 100% maka akan mendapatkan hasil sebesar 57% yang berarti tingkat kecanduan game online siswa kelas VIII A berada dikategori sedang. Makna dari kategori tersebut peserta didik yang memiliki kriteria kecanduan sedang ditandai dengan perasaan tidak menyenangkan ketika penggunaan game online dikurangi, mudah

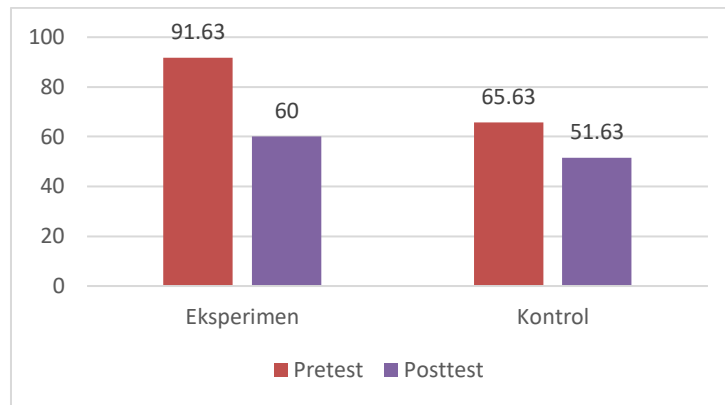
marah atau mood yang tidak baik jika mengalami kekalahan dalam bermain game online, sulit tidur atau tidur larut malam, berkurangnya interaksi sosial, dan tidak mengerjakan tugas sekolah.

Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok hasil kecanduan game online menurun, akan tetapi terdapat perbedaan penurunan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hal ini bisa dilihat berdasarkan hasil analisis deskriptif perindikator, indikator 1 didapatkan hasil pretest kelompok eksperimen sebesar 72%, dan hasil posttest kelompok eksperimen sebesar 45%, hasil pretest kelompok kontrol sebesar 55% dan hasil posttest kelompok kontrol sebesar 39% maka dari kedua hasil posttest tersebut dikategorikan rendah yang artinya siswa memiliki aplikasi game online tetapi tidak berfikir bahwa game itu penting dalam hidupnya. Indikator 2 didapatkan hasil pretest kelompok eksperimen sebesar 79%, dan hasil posttest kelompok eksperimen sebesar 47%,

hasil pretest kelompok kontrol sebesar 55% dan hasil posttest kelompok kontrol sebesar 39%, maka dari kedua hasil posttest tersebut dikategorikan rendah yang artinya siswa bisa mengatur jadwal bermain game online . Indikator 3 didapatkan hasil pretest kelompok eksperimen sebesar 83%, dan hasil posttest kelompok eksperimen sebesar 61% maka dapat dikategorikan sedang yang artinya siswa bermain game online hanya untuk mengalihkan kejenuhan. Hasil pretest kelompok kontrol sebesar 69% dan hasil posttest kelompok kontrol sebesar 48% maka dapat dikategorikan rendah yang artinya siswa tidak merasa senang ketika bermain game online. Indikator 4 didapatkan hasil pretest pada kelompok eksperimen sebesar 75%, dan hasil posttest kelompok eksperimen sebesar 48%, hasil pretest kelompok kontrol sebesar 52% dan hasil posttest kelompok kontrol 44%, maka dari kedua hasil posttest tersebut dikategorikan rendah yang artinya mampu menahan diri ketika bermain game dikurangi atau dihentikan. Indikator 5 didapatkan hasil pretest pada kelompok eksperimen sebesar 87%, dan hasil posttest 55% maka dapat dikategorikan sedang yang artinya siswa belum bisa mengontrol dirinya untuk berhenti bermain game online . Hasil pretest kelompok kontrol sebesar 58% dan hasil posttest kelompok 48% maka dapat dikategorikan rendah yang artinya siswa mampu mengontrol dirinya untuk tidak bermain game. Indikator 6 didapatkan hasil pretest pada kelompok eksperimen sebesar 68%, dan hasil posttest kelompok eksperimen sebesar 48%, dan hasil pretest kelompok kontrol sebesar 45% dan hasil posttest kelompok kontrol sebesar 44% maka dari kedua hasil posttest tersebut dikategorikan

rendah yang artinya siswa dapat berinteraksi sosial. Indikator 7 didapatkan hasil pretest pada kelompok eksperimen sebesar 69%, hasil posttest kelompok eksperimen sebesar 47%, dan hasil pretest kelompok kontrol sebesar 52% dan hasil posttest kelompok kontrol 40% maka dari kedua hasil posttest tersebut dikategorikan rendah yang artinya siswa mengetahui prioritas dirinya sehingga dapat mengontrol dalam bermain game online. Berdasarkan penjelasan diatas setelah diberi layanan bimbingan kelompok terdapat penurunan kecanduan game online pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, akan tetapi pemberian perlakuan menggunakan teknik token economy lebih banyak menurun kecanduan game online dibandingkan dengan tanpa menggunakan teknik token economy. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy efektif dalam menurunkan kecanduan game online dilihat dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok siswa mengamati dengan baik dan antusias dalam memberikan pertanyaan, berbagi pengalaman, pengetahuan, gagasan dan ide serta siswa juga memperoleh pengetahuan tentang dampak kecanduan game online. Hal tersebut dapat dinyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy dapat dijadikan salah satu upaya dalam menurunkan kecanduan game online siswa.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif nilai rata-rata posttest pada kelompok eksperimen 60,00 sedangkan untuk nilai rata-rata posttest pada kelompok kontrol 51,63 dengan perbedaan 8,37. Perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat melalui gambar berikut :



Berdasarkan pada gambar tersebut adanya penurunan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy dalam menurunkan kecanduan game online lebih banyak menurun dibandingkan dengan tanpa menggunakan teknik token economy. Berdasarkan hasil dari Uji perbedaan Independent Sample T-test, diketahui taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ maka terdapat perbedaan penurunan kecanduan game online pada layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik token economy dengan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan teknik token economy, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Diterimanya hipotesis penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy terbukti efektif dalam menurunkan kecanduan game online siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy dalam menurunkan kecanduan game online siswa dapat disimpulkan bahwa Tingkat kecanduan game online siswa kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang berdasarkan hasil analisis deskriptif persentase sebesar 57% hasil tersebut dikategorikan sedang. Dan pada uji-T Independent Sample T-test diperoleh nilai sign

(2-tailed) $0,000 < 0,05$ maka dengan demikian terdapat perbedaan rata-rata hasil analisis angket posttest eksperimen dan posttest kontrol. Hal itu menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik token economy efektif dalam menurunkan kecanduan game online siswa kelas VIII A SMP Kesatrian 2 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., & Karneli Y. (2020). Kecanduan Game Online: Penanganannya dalam Konseling Individual. *Guidance*, 17(02), 9–20. <https://doi.org/10.34005/guidance.v17i02.1166>
- 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>
- Aldina, F. (2018). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Empty Chair Dan Self Talk Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa. 4(1), 1–16.
- Aprilia Mega Rosdiana. (2022). Teknik Token Ekonomi : Teori dan Aplikasi. *CONSEILS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 42–52.

- <https://doi.org/10.55352/bki.v2i2.658>
- Dahlia Novarianing, S. (2021). *Modifikasi Perilaku Teori Dan Penerapannya*. UNIPMA Press (Anggota IKAPI).
- Dayani, M. (2023). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Interaksi Sosial Remaja Di SMP Negeri 4 Takengon*. <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/19921/1/188600013> - Mery Dayani - Fulltext.pdf
- Dewi Trisnowati, Anna Rufaidah, N. M. (2021). *Mengatasi Perilaku Kecanduan Game Online Melalui Bimbingan Kelompok. Bimbingan Dan Konseling Unindra PGRI -PKPP*, 1(1), 17–24. <https://doi.org/0.30998/ocim.v1i1.4581>
- Emria Fitria, Lira Erwinda, I. I. (2018). *Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan Dan Konseling. Konseling Dan Pendidikan*, 4(3), 211–219.
- Erford, B. T. (2015). *40 Teknik Yang Harus Diketahui Konselor*. Pustaka Pelajar.
- Fadilah, S. N. (2019). *Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan*. 3(2), 167–178.
- <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i2.1057>
- Fariha, A. N. (2022). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik MI Ta'allamul Huda*. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/60352/1/SKRIPSI AMALIA NUR FARIHA.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/60352/1/SKRIPSI%20AMALIA%20NUR%20FARIHA.pdf)
- Fauzi, T. (2018). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan Teknik modeling dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMA Negeri 8 Palembang*. *Jurnal UM-Palembang. Ac.Id/Jaeducation*, 1(1), 1–6.
- Fazny, B. (2022). *Peningkatan Pemahaman Kepribadian Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dengan Penugasan Essai Refleksi*. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 209–216. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.193>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23*. Badan Penerbit Universitas Dipenogoro.