

**EFFECTIVENESS OF AVERSION CONDITIONING TECHNIQUES TO
REDUCE ONLINE GAME ADDICTION ON CLASS XI STUDENTS OF
SMAN 3 BANJARMASIN**

Ermina Putri Handayani

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas Lambung Mangkurat

Kalimantan Selatan

Indonesia

Erminaputri2420@gmail.com

ABSTRACT

The research objective is to reduce addiction of online games using Aversion Conditioning techniques. This study uses a type of experimental research in a quantitative approach. This research design uses Pre-Experimental Design in the Non-Equivalent Control Group Design. The Subjects consisted of 4 students, namely 2 people for the experimental group and 2 others for the control group which were taken based on the results of an online game addiction questionnaire with high category. The result show an average percentage of pre-test addicted to online games is 72.54% with high category, meanwhile the average percentage of post-test result is 58.74% with a moderate category. Testing differences in online game addiction of students before and after individual counseling services provided by the aversion conditioning technique using the t-test. The t-test results showed that $t_{hit} > t_{tab}$ ($23.11 > 9,925$), which means individual counseling with aversion conditioning techniques was effective in reducing online game addiction in class XI students of SMAN 3 Banjarmasin. This research is useful for guidance and counseling teachers as considerations in reducing online game addiction through individual counseling services with aversion conditioning techniques so that it can be applied in dealing with online game addiction problems for students.

Keywords: *aversion conditioning techniques, individual counseling, online game addiction*

**EFEKTIVITAS TEKNIK PENGKONDISIAN AVERSI DALAM
MEREDUKSI KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA KELAS XI
SMAN 3 BANJARMASIN**

ABSTRAK

Tujuan penelitian untuk mereduksi kecanduan *game online* menggunakan teknik Pengkondisian Aversi. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Design* dalam bentuk *Non-Equivalent Control Group Design*. Subjek berjumlah 4 orang siswa, yaitu 2 orang untuk kelompok eksperimen dan 2 orang untuk kelompok kontrol yang diambil berdasarkan hasil angket kecanduan *game online* dalam kategori tinggi. Hasil menunjukkan persentase rata-rata *pre-test* kecanduan *game online* sebesar 72,54% kategori tinggi sedangkan hasil persentase rata-rata *post-test* sebesar 58,74% kategori sedang. Pengujian perbedaan kecanduan *game online* siswa sebelum dengan sesudah diberikan layanan konseling individual dengan teknik pengkondisian aversi menggunakan rumus *t-test*. Hasil *t-test* menunjukkan bahwa $t_{hit} > t_{tab}$ ($23,11 > 9,925$) yang artinya konseling individual dengan teknik pengkondisian aversi efektif dalam mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI SMAN 3 Banjarmasin. Penelitian ini bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling sebagai bahan pertimbangan dalam mereduksi kecanduan *game online* melalui layanan konseling individual dengan teknik pengkondisian aversi sehingga dapat diterapkan dalam menangani masalah kecanduan *game online* pada siswa.

Kata Kunci: *teknik pengkondisian aversi, konseling individual, kecanduan game online*

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi internet berperan penting dalam era globalisasi modern ini, hampir seluruh aspek kehidupan mengandalkan teknologi internet. Misalnya, internet mampu menghasilkan sebuah sistem pembelajaran yang baru. Dengan

sistem ini seorang pelajar tidak hanya memperoleh informasi pengetahuan melalui buku perpustakaan yang harus pergi ke perpustakaan terlebih dahulu, namun cukup berada didepan monitor, pengetahuan yang akan dicari sudah tersedia. Dampak positif dengan kehadiran internet juga sebagai sarana mendapatkan hiburan (film, musik,

serial drama, permainan). Salah satu hiburan yang semakin digemari pengguna internet khususnya remaja yaitu *game online*.

Game online semakin menarik untuk dimainkan. *Game online* menawarkan fasilitas lebih dibandingkan dengan *game* biasa. Pemain bisa berkomunikasi dengan pemain *game* diseluruh penjuru dunia melalui *chatting*. Selain itu, *game* berguna untuk menghilangkan rasa lelah dan jenuh dari rutinitas atau sekedar mengisi waktu luang. Kecanggihan fitur grafis yang disajikan semakin nyata dan hidup menjadikan aktifitas ini semakin disukai konsumennya. *Game* akan berguna selama konsumennya bisa membatasi diri untuk tidak ketagihan. Namun, ketertarikan dan kesenangan sementara yang dihasilkan saat bermain *game online* acapkali menciptakan ambisi kepada penggunanya untuk mengejar kemenangan yang tak terbatas sehingga menyebabkan diri penggunanya lupa waktu, melalaikan tugas tanggung jawabnya, acuh terhadap lingkungan sekitar, dan ketagihan memainkan *game* secara berkelanjutan.

Jika terus dibiarkan, banyak orang, khususnya anak-anak sampai remaja yang bermain *game online* menganggap bahwa satu-satunya cara mereka mendapatkan pengalaman perasaan menyenangkan tersebut hanya lewat *game online*. Mereka terjebak dalam dunia virtual dan melupakan dunia nyata yang harus dijalani dengan segala aktivitas didalamnya. Sehingga,

menimbulkan fenomena kecemasan dalam masyarakat akan bahayanya dampak yang dibawa oleh arus permainan *online* kepada penggunanya.

Berdasarkan penelitian Yee (Masyita, 2016: 22-23) banyak faktor yang mendorong seseorang bermain *game online* diantaranya *Achievement* (prestasi), *Social* (Sosial), dan *Immersion* (Penghayatan). *Gamers* terdorong untuk bermain *game* karena menginginkan pengakuan akan prestasinya dengan mengatasi rintangan sulit sehingga meraih tingkatan yang lebih tinggi atau, item yang langka. Dorongan ini akan membuat seseorang terus bermain bahkan bisa sampai lupa waktu. Selain itu, adanya faktor sosial yang mendorong pemain untuk menemukan pemain lain sehingga dapat membantunya dalam bermain *game* atau sekedar berbagi strategi dan informasi. Terakhir adalah faktor penghayatan yang mendorong pemain untuk lebih mendalami *game* yang sedang dimainkan. Ketika mencoba *game* dan merasa penasaran dengan kelanjutannya atau tingkatan-tingkatan selanjutnya, pemain akan mencoba untuk memahami dan mendalami *game* tersebut. Sehingga, pemain akan mencoba strategi-strategi yang beragam agar berhasil dalam *game* tersebut diakui prestasinya. Hal inilah yang membuat seseorang terus dan lebih sering bermain hingga tanpa disadari berada pada taraf kecanduan.

Kecanduan *game online* adalah proses keadaan ketergantungan

individu yang dalam bermain *game online*, dari segi jumlah waktu dan intensitas bermain yang menimbulkan dampak-dampak buruk terhadap kehidupan individu.

Menurut Griffiths dkk (Smahel, Blinka, & Ledabyl, 2008) Rata-rata intensitas bermain per minggu lebih kurang 25 jam, tetapi 11% pemain menghabiskan waktu lebih dari 40 jam per minggu di dunia *game*, yang berhubungan dengan waktu yang dihabiskan untuk pekerjaan atau di sekolah menengah atas secara purna-waktu, 80% pemain bermain selama lebih dari delapan jam dalam satu sesi paling tidak dari waktu ke waktu (Ng & Wiemer-Hastings, 2005); dan 60% bermain selama lebih dari 10 jam didalam satu sesi (Yee, 2006a). Salah seorang pemain *game* dalam wawancara mengatakan bahwa ia pernah bermain selama 30 jam dalam satu sesi (Young & Abreu, 2017: 125).

Didukung dengan berita Liputan6.com edisi 16 Desember 2017 (diakses pada tanggal 3 september 2018) mengatakan kecanduan game online bisa menyebabkan kematian. Di Korea Selatan, misalnya, seorang pemuda merengas nyawa di kafe internet setelah bermain selama 50 jam tanpa henti Permainan itu juga diduga memicu sikap agresif. Di China, seorang remaja 15 tahun tega menusuk ibunya sendiri hingga tewas hanya karena sang ibu dianggap mengganggu saat ia main di warnet. Meski tak se ekstrem hingga kehilangan nyawa ancaman lain

ternyata mengintai para pecandu *game online*. Apa yang dialami oleh L lebih parah. Siswa kelas 3 SMA itu menghabiskan waktu-12 jam sehari-untuk bermain-game online. Sejak pulang sekolah hingga pagi. Akibatnya, ia kurang tidur. Ibu korban menambahkan, putra: tunggalnya itu kerap melampiaskan emosinya. Kadang berteriak keras, tak jarang, ia nampak gelisah berlebih. Psikiater yang membantu pemulihannya, Suzy Yusna menegaskan, pengaruh game online yang berlebihan tidak boleh disepelekan. Salah satu dampaknya, menurut dokter-ahli kejiwaan itu, bisa memicu perubahan perilaku seseorang. Games memengaruhi otak secara psikis.

Hasil studi pendahuluan di lapangan selama Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilakukan di SMAN 3 Banjarmasin pada tanggal 27 september 2018 melalui wawancara dengan salah satu guru BK SMAN 3 Banjarmasin menjelaskan bahwa beberapa siswa kelas XI yang senang bermain *game online*. Siswa-siswa tersebut biasanya bermain *game online* saat jam pelajaran kosong, pada waktu pergantian jam pelajaran, dan saat waktu istirahat, mereka lebih memilih tidak jajan, asalkan mereka bisa memiliki waktu untuk bermain *game online*. Pemain biasanya mengelompok duduk di koridor sekolah atau didalam kelas, mereka biasanya berdiskusi tentang strategi permainan. Saat sedang asyik bermain *game online*, perhatian siswa-siswa

tersebut tidak bisa diganggu oleh orang-orang sekitarnya, misalnya ketika ada guru yang menegur saat lewat dihadapan mereka, mereka hanya fokus ke permainan yang mereka mainkan saja.

Peneliti dapat menyimpulkan dari hasil wawancara dengan Guru BK dan siswa-siswa bahwa bentuk perilaku kecanduan *game online* yang terjadi di SMAN 3 Banjarmasin seperti, bermain *game online* saat di sekolah (saat sekolah mengadakan acara-acara sehingga siswa dibebaskan dari kegiatan belajar, jam pelajaran kosong, disela pergantian jam pelajaran, jam istirahat, bahkan saat pelajaran sedang berlangsung), bermain *game online* juga dilakukan saat pulang sekolah sampai lupa waktu dan kebutuhan lainnya, menginap di warnet untuk bermain *game online*. Intensitas durasi bermain *game online* bermain meningkat saat akhir pekan, hari libur sekolah, dan saat jam pulang sekolah lebih awal dari biasanya.

Bagi kejiwaan anak, game memiliki dampak psikologis besar pada anak-anak didunia nyata. Penelitian telah menunjukkan, anak-anak yang menghabiskan banyak waktu bermain game memiliki kepribadian lebih agresif dan cenderung berperilaku kurang baik dengan lingkungan sekitar. Mereka bisa agresif terhadap teman, guru, bahkan orang tua (Al-Munajjid, 2016).

Apabila kecanduan *game online* tidak segera ditangani maka perilaku

tersebut dapat membuat siswa menjadi malas belajar, kehilangan keterampilan sosial, pemain *game online* menjadi tidak peduli interaksi dengan orang lain bahkan keluarganya sendiri saat di rumah karena terlalu fokus pada game yang dimainkannya saja. Mereka juga melalaikan kewajiban agama kecanduan bermain *game online* juga bisa merusak identitas pribadi siswa dan perkembangan moral siswa karena pengaruh *game* yang berisi kekerasan, kejahatan, perilaku amoral, bahkan pornografi, dalam artian *game online* akan merusak adab dan membuat hal-hal tercela menjadi hal-hal yang dicintai anak.

Beranjak dari permasalahan yang dikemukakan diatas maka peneliti tertarik menggunakan layanan konseling individual sebagai tindak lanjut. Dalam konseling individual peneliti menggunakan Pendekatan Behavioral. Teori behaviorisme memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru dan manusia mempunyai potensi untuk berperilaku baik atau buruk, benar atau salah. Disamping itu, manusia dipandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas perilakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya, dan dapat belajar perilaku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain (Fiah, 2017: 88).

Pendekatan behavioral terdapat banyak teknik salah satunya adalah teknik Pengkondisian Aversi. Teknik-

teknik pengkondisian aversi, telah digunakan secara luas untuk meredakan gangguan gangguan behavioral yang spesifik, melibatkan pengasosiasian tingkah laku simptomatik dengan suatu stimulus yang menyakitkan sampai tingkah laku yang tidak diinginkan terhambat kemunculannya (Corey, 2013: 216).

Dalam teknik pengkondisian aversi peneliti memberikan gambaran dampak buruk tentang kecanduan *game online* dan cara mengontrol diri supaya tidak mengalami kecanduan atau membatasi intensitas bermain *game online*. Dengan teknik pengkondisian aversi ini siswa dapat mengetahui cara membatasi diri dalam memainkan *game online*. Teknik pengkondisian aversi untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa dengan cara memberikan satu perlakuan yang bisa mengontrol bahkan menghambat perilaku kecanduan *game online* muncul.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul: Efektivitas Teknik Pengkondisian Aversi dalam Mereduksi Kecanduan *Game Online* pada Siswa Kelas XI SMAN 3 Banjarmasin.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kecanduan *game online* antara sebelum dengan sesudah pemberian teknik pengkondisian aversi sehingga dapat diketahui apakah teknik

pengkondisian aversi berfungsi secara efektif untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI SMAN 3 Banjarmasin.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Rancangan yang digunakan penelitian ini yaitu *pre-experimental design non equivalent control group design*, terdapat satu kelompok yang digunakan untuk penelitian, tetapi dibagi dua, yaitu setengah kelompok untuk eksperimen/treatment (yang diberi perlakuan) dan setengah untuk kelompok kontrol (yang tidak diberi perlakuan).

Teknik pengumpulan pada penelitian ini menggunakan instrumen angket Skala Kecanduan *Game Online* dan Pedoman pelaksanaan teknik pengkondisian aversi dalam mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI SMAN 3 Banjarmasin. Pengujian validitas dan reliabilitas pada instrumen Skala Kecanduan *Game Online* dengan menggunakan *SPSS version 21.0 for Windows*. Sedangkan, Pengujian Pedoman pelaksanaan teknik pengkondisian aversi dalam mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI SMAN 3 Banjarmasin dilakukan validasi ahli oleh penilai ahli (*expert judgement*).

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 3 Banjarmasin berjumlah 4 orang siswa yang didapat dari hasil angket dengan

kriteria tingkat kecanduan *game online* tinggi menggunakan teknik penarikan *sample purposive*. Analisis data statistik pada penelitian ini menggunakan rumus *t-test* manual untuk menguji perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* terhadap keefektifan teknik pengkondisian aversi dalam mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI SMAN 3 Banjarmasin.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan pelaksanaan teknik pengkondisian aversi dalam layanan konseling individual efektif dalam mereduksi kecanduan *game online* pada siswa. Hal tersebut ditunjukkan dengan menurunnya skor pengukuran kecanduan *game online* melalui perbandingan hasil angket *pre-test* dan *post test*. Hasil skor angket *pre-test* dan *post-test* pada proses pemberian teknik pengkondisian aversi dalam layanan konseling individual kepada kelompok *treatment*, tertera secara lebih spesifik pada tabel berikut;

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post Test* Kecanduan *Game Online* Kelompok *Treatment*

Subjek	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
RF	139	114
MH	129	102
Rata-rata	134	108
Persentase	72,82%	58,74%
Kategori	Tinggi	Sedang

Pada siswa RF dengan skor awal saat diberikan *pre-test* sebesar 139 kemudian terjadi penurunan skor

sebesar 13,59% menjadi 114 saat diberikan *post-test*. Adapun perbedaan penurunan yang terjadi yakni pada indikator; menggunakan banyak waktu bermain *game online* yang skor awalnya 18 menjadi 15, indikator tidak bisa berhenti ketika mulai bermain skor awal 20 menjadi 16, indikator tempat pelarian dari suasana perasaan buruk dan kondisi stress skor awal 30 menjadi 25, indikator dorongan untuk bermain secara terus menerus skor awalnya 19 menjadi 13, indikator kesulitan menarik diri dari bermain *game online* skor awal 11 menjadi 10, dan indikator mengabaikan aktifitas dan kebutuhan penting skor awal adalah 21 menjadi 14 setelah diberikan *treatment*. Hasil yang didapatkan karena siswa terlihat antusias, aktif, mau bekerjasama dengan peneliti dan berkomitmen tinggi ingin merubah kebiasaan buruknya yang sering banyak menghabiskan waktu hanya untuk bermain *game online* apalagi saat dihari libur, sehingga dalam proses pelaksanaan *treatment*, konseli mengikutinya dengan sungguh-sungguh.

Pada siswa kode MH dengan skor awal saat diberikan *pre-test* sebesar 129, kemudian terjadi penurunan skor sebesar 14,56% menjadi 102 pada saat diberikan *post-test*. Adapun perbedaan penurunan yang terjadi yakni pada indikator; menggunakan banyak waktu bermain *game online* yang skor awalnya 15 menjadi 12, indikator tidak bisa berhenti ketika mulai bermain skor awal 21 menjadi 15, indikator tempat

pelarian dari suasana perasaan buruk dan kondisi stress skor awal 25 menjadi 19, indikator dorongan untuk bermain secara terus menerus skor awalnya 19 menjadi 13, indikator kesulitan menarik diri dari bermain *game online* skor awal 10 menjadi 9, indikator hubungan interaksi dengan orang sekitar skor awal 19 menjadi 18 dan indikator mengabaikan aktifitas dan kebutuhan penting skor awal adalah 20 menjadi 16 setelah diberikan *treatment*. Hasil yang didapatkan karena siswa terlihat aktif, bekerjasama dengan peneliti dan berkomitmen tinggi ingin merubah kebiasaan buruknya yang sering banyak menghabiskan waktu hanya untuk bermain *game online* untuk lari atau menghindar dari situasi yang tidak ingin dihadapi sehingga dalam proses pelaksanaan *treatment*, konseli mengikutinya dengan sungguh-sungguh.

Sedangkan pada kelompok kontrol mengalami peningkatan 0,77% setelah diberikan *post-test* seperti yang terlihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Hasil *Pre-Test* dan *Post Test* Kecanduan *Game Online* Kelompok kontrol

Subjek	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
AAI	144	145
YVS	137	139
Rata-rata	140,5	147
Persentase	76,40%	77,17%
Kategori	Tinggi	Tinggi

Peningkatan skor terjadi karena tidak ada pemberian perlakuan secara spesifik kepada siswa sehingga tidak ada perubahan yang mengarah pada

pengurangan perilaku bermain *game online*, sehingga mereka tidak terlibat langsung dalam pemberian konseling dari konselor (peneliti).

Terjadinya perubahan setelah mengikuti layanan konseling individual dengan teknik pengkondisian aversi pada siswa dalam kelompok *treatment* tersebut, Griffiths (Young & Abreu, 2017: 130-132) menyatakan bahwa seseorang yang dikatakan termasuk atau tidaknya ke dalam kategori kecanduan *game online* dilihat dari beberapa ciri-ciri; (1) Ketika kegiatan itu menjadi hal terpenting di dalam hidup seseorang (ketika individu sering memikirkan tentang kegiatan itu) dan perilaku (misalnya, ketika seorang individu mengabaikan kebutuhan-kebutuhan dasar seperti tidur, makanan, atau hygiene untuk melakukan kegiatan itu, (2) Perubahan suasana perasaan sebagai hasil pengalaman subjektif yang dipengaruhi kegiatan yang dilakukan itu, (3) Dosis kegiatan yang terus menerus meningkat sehingga pemain perlu semakin banyak bermain, (4) Kesulitan menarik diri dari bermain *game online* sebab adanya sensasi negatif yang menyertai dihentikannya kegiatan atau ketidakmungkinan untuk melakukan kegiatan yang diperlukan, (5) Konflik dengan orang sekitar disertai dengan kemunduran di sekolah atau hasil pekerjaan, meninggalkan hobi sebelumnya, dan (6) Kecenderungan untuk kembali ke perilaku bahkan setelah periode relatif terkontrol.

Hasil menunjukkan adanya pergeseran pola perilaku siswa dalam bermain *game online*, yakni dari segi waktu yang digunakan bermain *game online* terjadi pengurangan dibandingkan sebelum diberikan perlakuan, dari segi tidak berhenti ketika mulai bermain terjadi penurunan skor yang menandakan siswa mulai bisa mengendalikan diri dalam membatasi waktu bermainnya. Bermain *game online* bukan menjadi kegiatan penting dalam harinya, konseli sudah bisa memenuhi kewajibannya seperti makan, tidur, ibadah saat waktunya tiba. Selain itu konseli juga bisa mengatur waktu untuk belajar dan mengerjakan tugas sekolah disaat waktu yang ingin dia gunakan bermain *game*. Kemudian, konseli tidak hanya menggunakan aktifitas bermain *game* sebagai tempat hiburannya, tetapi konseli sudah mampu mengisi dengan aktifitas lain seperti, melakukan hobi, olahraga, dan jalan-jalan sebagai aktifitas hiburannya saat memiliki perasaan buruk. Selain dari 4 indikator tersebut, pada indikator Dorongan untuk bermain secara terus menerus (Pengulangan), Kesulitan menarik diri dari bermain *game online*, dan hubungan interaksi dengan orang sekitar juga terjadi penurunan yang mendukung turunnya tingkat kecanduan konseli.

Hasil penelitian didukung dengan beberapa penelitian terdahulu seperti penelitian Khasanah (2018) dengan judul “Pengembangan Buku Panduan Terapi Aversi Untuk Mengurangi

Emosi Negatif Pada Anak” hasil menunjukkan teknik pengkondisian aversi dapat mengurangi emosi negatif anak nampak pada perubahan perilaku subjek yang dimunculkan dalam aktifitas kehidupan sehari-hari. Subjek yang mulai mau mendengarkan apa yang dikatakan orang tua tanpa lari. Selain itu, Penelitian Sartita dkk (2018) “Pengaruh Pengkondisian Aversi Terhadap Kecanduan Bermain Gadget Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru” juga menunjukkan tingkat kecanduan bermain *gadget* pada siswa SMA sesudah diberikan perlakuan pengkondisian aversi sebagian besar berada pada kategori rendah.

Berdasarkan perhitungan manual dengan menggunakan rumus t-test diatas mendapatkan t_{hit} sebesar 23,11 dan d.b 2. Dari data yang diperoleh berdasarkan perhitungan diatas bahwa $t_{hit} > t_{tab}$ ($23,11 > 9,925$ dengan probabilitas kesalahan 0.05 atau 5%).

Dari hasil analisis dan kriteria yang telah ditetapkan seperti tersebut di atas, maka kesimpulannya bahwa teknik pengkondisian aversi dalam layanan konseling individual berpengaruh terhadap keefektifan mereduksi kecanduan *game online* pada siswa.

KESIMPULAN

Sebelum pemberian teknik pengkondisian aversi dalam layanan konseling individual, gambaran kecanduan *game online* siswa kelas XI termasuk dalam kategori tinggi. Setelah dilakukan teknik pengkondisian aversi dalam layanan

konseling individual, kecanduan *game online* siswa kelas XI turun dalam kategori sedang. Hasil *t-test* manual menunjukkan bahwa teknik pengkondisian aversi dalam layanan konseling individual efektif untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI di SMAN 3 Banjarmasin.

DAFTAR RUJUKAN

- Al-Munajjid, Muhammad Shalih. 2016. *Bahaya Game*. Terjemahan oleh Putri Aria Miranda, Solo: Aqwam Media Profetika.
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek konseling & Psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koswara. Bandung: Refika Aditama.
- Fiah, Rifda El. 2017. *Bimbingan Konseling Anak Usia Dini*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Kuss, Daria J dan Mark D Griffiths. 2012, Internet and Gaming Addiction: A Systematic Literature Review Of Neuroimaging Studies. *Journal Brainsci*, 2(1), 348. Dari <https://www.researchgate.net/publication/232708786> Internet_and_Gaming_Addiction_A_Systematic_Literature_Review_of_Neuroimaging_Studies.
- Masyita, Alfin Reza. 2016. *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Pemain Dota 2 Malang*. Skripsi diterbitkan. Bogor: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. (Online), (<http://digilib.unila.ac.id/25363/20/SKRIPSI%20%28TANPA%20BAB%20PEMBAHASAN%29.pdf>), diakses 27Agustus 2018
- Meyriana, Alfrin. 27 desember, 2017, Headline: Candu Gim Online Lebih Bahaya dari Narkoba. *Liputan6.com*, Dari <https://www.liputan6.com/news/read/3197538/headline-candu-gim-online-lebih-bahaya-dari-narkoba> , Diakses 3 september 2018.
- Prasetyo, Bambang & Lina Miftahul Jannah. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif: Teori dan Aplikasi*, Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Sartita, Nova dkk. 2018. Pengaruh Pengkondisian Aversi Terhadap Kecanduan Bermain Gadget Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. *Jurnal JOM FKIP*, 5(1), 1-12 (Online) (<http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/download/20358/19691>)
- Young, Kimberly S & Cristiano Nabuco De Abreu. 2017. *Kecanduan Internet: Panduan Konseling dan Petunjuk untuk Evaluasi dan Penanganan*. Terjemahan oleh Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.