



**KEEFEKTIFAN *AGGRESSION REPLACEMENT TRAINING* DAN KONSELING *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEREDUKSI AGRESIVITAS PADA SISWA DENGAN KECENDERUNGAN *GAME ONLINE* DI SMA NEGERI 1 TOBOALI**

**TESIS**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Magister Pendidikan**

**Oleh**

**Nidya Juni Parti**

**0106517015**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING  
PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2019**

## PENGESAHAN UJIAN TESIS

Tesis dengan judul "Keefektifan *Aggression replacement training* dan *Konseling Motivational interviewing* untuk Mereduksi Agresivitas pada Siswa dengan Kecenderungan *Game online* di SMA Negeri 1 Toboali" karya,

Nama : Nidya Juni Parti

NIM : 0106517015

Program Studi : Bimbingan Konseling

telah dipertahankan dalam sidang panitia ujian tesis Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, tanggal 5 Desember 2019

Semarang, 5 Desember 2019

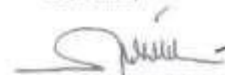
### Panitia Ujian

Ketua,



Prof. Dr. Ida Zulacha, M.Hum.  
NIP 197001091994032001

Sekretaris,



Dr. Awalya, M.Pd., Kons.  
NIP 196011011987102001

Penguji I,



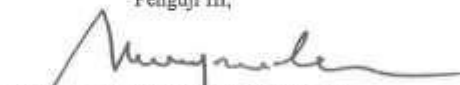
Dr. Edy Purwanto, M.Si.  
NIP 196301211987031001

Penguji II,



Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D  
NIP 197712232005011001

Penguji III,



Prof. Dr. Mungio Eddy W, M.Pd. Kons.  
NIP 195211201977031002

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya,

nama : Nidya Juni Parti

NIM : 0106517015

program studi : Bimbingan Konseling

menyatakan bahwa yang tertulis dalam tesis yang berjudul "KEEFEKTIFAN *AGGRESSION REPLACEMENT TRAINING* DAN KONSELING *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEREDUKSI AGRESIVITAS PADA SISWA DENGAN KECENDERUNGAN *GAME ONLINE* DI SMA NEGERI 1 TOBOALI" ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam tesis/disertasi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya **secara pribadi** siap menanggung resiko/sanksi hukum yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Semarang, 5 Desember 2019

Yang membuat pernyataan,



Nidya Juni Parti  
NIM. 0106517015

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

Emosi negatif tidak akan membimbing seseorang pada suatu pemikiran atau tindakan yang positif.

-Nidya Juni Parti-

### **PERSEMBAHAN**

Tesis ini saya persembahkan kepada:

- ❖ Almamater Tercinta Program Studi Bimbingan Konseling Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.

## ABSTRAK

Parti, Nidya Juni. 2019. “Keefektifan *Aggression replacement training* dan Konseling *Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* di SMA Negeri 1 Toboali”. Tesis. Program Studi *Bimbingan konseling* Pascasarjana Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons., Pembimbing II Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D.

Kata kunci: *aggression replacement training*, *motivational interviewing*, agresivitas, *game online*.

Maraknya keberadaan *game online* di zaman sekarang menyebabkan penggunaannya menjadi kecanduan dalam penggunaan *game online*. Sehingga salah satu dampak dari adiksi *game online* tersebut adalah munculnya perilaku agresif pada penggunaannya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing* dalam mereduksi agresivitas pada siswa yang mengalami adiksi *game online*.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *pretest posttest* dengan menggunakan pengukuran berulang (*repeated measure*). Subjek penelitian berjumlah 12 siswa yang mengalami tingkat agresi tinggi yang dipilih berdasarkan hasil studi awal peneliti dengan menggunakan kuesioner Agresi dari Buss & Perry (1992). Subjek penelitian dibagi menjadi 2 kelompok sesuai dengan intervensi yang dilakukan, yaitu kelompok *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing*. *Aggression replacement training* dilakukan sebanyak 10 sesi selama 3 minggu, dan konseling *Motivational interviewing* dilakukan sebanyak 4 sesi untuk masing-masing konseli. Data diambil menggunakan instrumen agresivitas hasil adaptasi dari Buss & Perry (1992) ( $\alpha = ,91$ ).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing* efektif dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa layanan konseling dengan pendekatan *motivational interviewing* lebih efektif dalam menurunkan agresivitas siswa daripada *aggression replacement training*. Hasil interaksi dari kedua intervensi tersebut juga diketahui bahwa penurunan agresivitas yang terjadi pada kelompok MI lebih besar daripada dari kelompok ART ( $F(3,27) = 10,107$ , dengan sig (p) =  $0,002 < 0,05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *aggression replacement training* dan konseling *motivational interviewing* efektif dan konsisten untuk menurunkan agresivitas, tetapi konseling *motivational interviewing* mengalami penurunan agresivitas yang lebih besar daripada *aggression replacement training*.

## ABSTRACT

Parti, Nidya Juni. 2019. "The Effectiveness of *Aggression replacement training* and *Motivational interviewing* Counseling to Reduce Aggressiveness of Students Inclined to Online *Games* at SMA Negeri 1 Toboali". Thesis. Counseling and Guidance Studies, Graduate Program of Universitas Negeri Semarang. Supervisors: I Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons., II Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D.

Keywords: *aggression replacement training*, *motivational interviewing*, *aggressiveness*, *online games*.

The massively populated online *games* today cause the users to become addicted to playing *games* on a daily basis. One of the effects of online *game* addiction is the emergence of aggressive behavior of the users. This study aims to find out the effectiveness of *Aggression replacement training* and *Motivational interviewing* counseling to reduce the aggressiveness of students who experience online *game* addiction.

This study used the experimental method with the design of the pretest-posttest using repeated measures. The subjects of the study were 12 students who experienced high levels of aggression chosen based on the results of the writer's initial study using the Aggression questionnaire from Buss & Perry (1992). The subjects were divided into 2 groups according to the intervention conducted. They are the group of *Aggression replacement training* and the group of *Motivational interviewing* counseling. *Aggression replacement training* was conducted in 10 sessions over 3 weeks while *Motivational interviewing* counseling was conducted in 4 sessions for each counselee. Data were taken using the instrument of aggressiveness and adaptation results from Buss & Perry (1992) ( $\alpha = .91$ ).

The results of the study indicate that, in general, *Aggression replacement training* and *Motivational interviewing* counseling are effective in reducing the aggressiveness of students who are addicted to online *games*. It is also showed that counseling service with a *Motivational interviewing* approach is more effective to reduce student aggressiveness than *Aggression replacement training*. The result of the interaction of the two interventions also shows that the decrease in aggressiveness that occurred in the MI group was higher than that of the ART group ( $F(3,27) = 10.107$ , with sig (p) = 0.002 < 0.05). Thus, it can be concluded that *Aggression replacement training* and *Motivational interviewing* counseling have consistently reduced the students' aggressiveness, but the *Motivational interviewing* counseling decreases higher aggressiveness than the Aggression Replacement Training.

## PRAKATA



Assalamualaikum. Wr. Wb

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tesis yang berjudul “Keefektifan *Aggression replacement training* dan *Konseling Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* di SMA Negeri 1 Toboali” ini dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad saw. yang telah membawa umat manusia dari zaman yang gelap ke zaman yang terang benderang seperti sekarang ini.

Terimakasih peneliti sampaikan kepada Bapak Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd, Kons. sebagai pembimbing I dan Bapak Mulawarman, Ph.D. sebagai pembimbing II yang senantiasa memberikan dukungan dan bimbingan atas terselesainya tesis ini. Peneliti juga menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian tesis ini. Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada pihak yang telah membantu selama proses penyelesaian studi :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang beserta seluruh staf yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Agus Nuryatin, M.Hum., Plt. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Semarang atas dukungan kelancaran yang diberikan kepada penulis.
3. Dr. Awalya, M.Pd., Kons., Ketua Program Studi *Bimbingan konseling S2* Universitas Negeri Semarang atas dukungan kelancaran yang diberikan kepada penulis dalam menempuh studi.
4. Dr. Anwar Sutoyo, Dosen Universitas Negeri Semarang yang telah membantu sebagai validator ahli.

5. Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Toboali yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di sekolah yang dipimpin.
6. Kedua orang tua penulis, Bapak H. Suparman dan Ibu Hj. Yanti Mala Yulidar, M.Pd. yang telah memberikan support dan motivasi kepada penulis.
7. Kedua adik penulis, Nurisman Juliyanto, S.Pd. dan Nabila Rizkiah yang menjadi alasan penulis untuk dapat menjadi contoh yang terbaik bagi mereka.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah banyak membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung.

Sadar fitrah manusia sebagai insan Allah SWT., penulis menyampaikan permohonan maaf kepada semua pihak atas segala kekhilafan dan kekeliruan penulis pada saat penyusunan tesis ini.

Penulis ucapkan terimakasih atas bantuan yang telah diberikan kepada penulis, hanya Allah SWT. yang dapat membalas semuanya. Penulis berharap semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 5 Desember 2019

Penulis

Nidya Juni Parti



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
COVER	
LEMBAR PENGESAHAN .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
ABSTRACT .....	v
PRAKATA .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	13
1.3. Cakupan Masalah.....	14
1.4. Rumusan Masalah.....	14
1.5. Tujuan Penelitian .....	15
1.6. Manfaat Penelitian .....	16
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS</b>	
2.1. Kajian Pustaka.....	18
2.2. Kerangka Teori .....	25
2.2.1. Adiksi <i>Game online</i> .....	25
2.2.2. Agresivitas.....	36
2.2.3. <i>Aggression replacement training (ART)</i> .....	46
2.2.4. <i>Motivational interviewing</i> .....	54
2.3. Kerangka Berpikir.....	66
2.4. Hipotesis. ....	72

### BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian.....	73
3.2. Populasi dan sampel Penelitian.....	74
3.3. Variabel Penelitian.....	76
3.4. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	78
3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas instrumen .....	95
3.6. Teknik Analisis Data.....	97

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian .....	100
4.2. Pembahasan.....	109

### BAB V PENUTUP

5.1. Kesimpulan .....	120
5.2. Saran .....	121

Daftar Pustaka

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1 Kurikulum Inti <i>Aggression replacement training</i> (ART) .....	52
Tabel 2.2 Perbedaan <i>Motivational interviewing</i> dan <i>Person Centered</i> .....	57
Tabel 3.1 Pretest Posttes Design.....	74
Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Psikologis Adiksi <i>Game online</i> .....	82
Tabel 3.3 Kisi-kisi Kuesioner Agresivitas. ....	87
Tabel 3.4 Panduan Aktivitas <i>Aggression replacement training</i> (ART).....	90
Tabel 3.5 Panduan Aktivitas <i>Motivational interviewing</i> (MI).....	93
Tabel 4.1 Hasil Penyebaran Skala Agresivitas. ....	100
Tabel 4.2 Hasil Penyebaran Skala Adiksi <i>Game online</i> .....	101
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan T1 Skala Agresivitas dan Adiksi <i>Game online</i> .....	102
Tabel 4.4 Hasil Perhitungan T1, T2, T3, dan T4 Skala Agresivitas Subjek Penelitian.....	102
Tabel 4.5 Tabulasi Hasil Penyebaran Skala Agresivitas.....	103
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas. ....	104
Tabel 4.7 Korelasi T1 Agresivitas dan Adiksi <i>Game online</i> .....	105
Tabel 4.8 Hasil Analisis Pengujian Hipotesis. ....	106
Tabel 4.9 Hasil Analisis <i>Pairwise Comparison</i> .....	108

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Efektifitas <i>Aggression replacement training</i> untuk Mereduksi agresivitas pada siswa yang <i>Game online</i> .....	68
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir Efektifitas <i>Motivational interviewing</i> untuk Mereduksi agresivitas pada siswa yang <i>Game online</i> .....	70
Gambar 2.3 Kerangka Berpikir Efektifitas <i>Aggression replacement training</i> dan <i>Motivational interviewing</i> untuk Mereduksi agresivitas pada siswa yang <i>Game online</i> .....	72
Gambar 4.1 Diagram Deskripsi Data Agresivitas Kelompok ART dan MI.....	108

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1	Lembar Surat Izin Penelitian..... 125
Lampiran 2	Lembar Surat Balik Penelitian..... 126
Lampiran 3	Instrumen Penelitian..... 127
Lampiran 4	Lembar Perijinan Penggunaan Instrumen..... 132
Lampiran 5	Lembar Validitas dan Reliabilitas Intrumen..... 134
Lampiran 6	Panduan Perlakuan Penelitian <i>Aggression replacement training</i> ..... 142
Lampiran 7	Evaluasi <i>Aggression replacement training</i> ..... 157
Lampiran 8	Kasus dalam penalaran moral <i>Aggression replacement training</i> ..... 167
Lampiran 9	Panduan Perlakuan Penelitian <i>Motivational interviewing</i> ..... 153
Lampiran 10	Rencana Pelaksanaan Layanan..... 161
Lampiran 11	Hasil <i>Pretest, Posttest, dan Follow Up</i> Eksperimen ART..... 179
Lampiran 12	Hasil <i>Pretest, Posttest, dan Follow Up</i> Eksperimen MI..... 181
Lampiran 13	<i>Informed Consent</i> ..... 183
Lampiran 14	Output Analisa Data..... 184
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian ..... 193

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Perkembangan teknologi komunikasi dan informasi mengalami kemajuan yang pesat. Salah satu perkembangan tersebut yaitu adanya penemuan internet. Aktivitas-aktivitas yang dilakukan pengguna internet salah satunya adalah aktivitas kesenangan dan hiburan secara online (*fun activities*) misalnya untuk bersenang-senang, melihat klip video atau audio, pesan singkat (*chatting*), mendengarkan (download musik) dan bermain *game*. Survei terbaru yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2017, menyebutkan pengguna internet aktif tahun 2017 mencapai 143,26 juta pengguna atau sekitar 54,68% dari total populasi Indonesia. Perkembangan ini juga memicu perkembangan permainan baru menggunakan internet yang disebut *game online*.

*Game online* merupakan wadah bermain yang sangat digemari remaja, dimana *game online* sendiri mempunyai beberapa daya tarik yang membuat remaja lebih memilih bermain dari pada belajar, dan hal ini sudah menjadi kebiasaan bagi para remaja. Terdapat beberapa motivasi yang membuat seseorang bermain *game online*. Berdasarkan pendapat Yee (2007), terdapat 10 subkomponen motivasi yang menyebabkan seseorang bermain *game online* yang dikelompokkan menjadi 3 komponen menyeluruh, yaitu prestasi (*achievement*), sosial, dan melibatkan diri secara mendalam (*immersion*).

*Game online* mengandung berbagai dampak bagi penggunanya baik dari sisi positif maupun sisi negatif. Di sisi positif, aplikasi online telah bermanfaat dalam penelitian, sains, medis, sarjana, jejaring sosial, dll. Namun, kebiasaan dari bermain *game online* yang begitu mengasyikkan membuat para pemain *game* menjadi lupa waktu, lupa diri dan melupakan hal-hal lainnya yang ada dalam lingkungannya. Kebiasaan bermain *game online* yang sudah meningkat dan penggunaan berlebihan dapat menyebabkan konsekuensi negatif seperti perilaku adiktif diantara minoritas kecil pengguna (Kowert, Festl, & Quandt, 2014; Williams, Yee, & Caplan, 2008).

Perilaku adiktif dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana individu merasakan ketergantungan terhadap suatu hal yang disenangi pada berbagai kesempatan yang ada akibat kurangnya kontrol terhadap perilaku sehingga merasa terhukum apabila tidak memenuhi hasrat dan kebiasaannya atau yang sering dikenal dengan sebutan adiksi. Hal ini senada dengan pendapat Griffiths (2005) yang menyatakan bahwa adiksi merupakan aspek perilaku yang kompulsif, adanya ketergantungan, dan kurangnya kontrol. Cooper (2000) juga berpendapat bahwa adiksi merupakan perilaku ketergantungan pada suatu hal yang disenangi. Individu biasanya secara otomatis akan melakukan apa yang disenangi pada kesempatan yang ada. Menurut Lemmens, Valkenburg, & Peter, (2009) terdapat tujuh kriteria adiksi *game online* yang didasarkan pada DSM IV antara lain: *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *relapse*, *withdrawal*, *conflict*, dan *problems*.

Hasil studi pendahuluan penulis di SMA N 1 Toboali terdapat 38 siswa yang mengalami adiksi *game online*. Adiksi *game online* ditandai dengan pemain bermain *game online* secara berlebihan seakan-akan tidak ada hal yang ingin dikerjakan selain bermain *game* dan seolah-olah *game* ini adalah hidupnya, serta memiliki pengaruh negatif bagi pemainnya (Weinstein, 2010). Hal ini disebabkan oleh pengguna yang tidak mampu mengontrol keinginannya untuk selalu bermain *game online*. Menurut WHO, adiksi *game online* dianggap merupakan penyakit mental jika memenuhi tiga hal. Pertama, seseorang tidak bisa mengendalikan kebiasaan bermain *game*. Kedua, seseorang mulai memprioritaskan *game* di atas kegiatan lain. Ketiga, seseorang terus bermain *game* meski ada konsekuensi negatif yang jelas terlihat.

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut, dikatakan siswa SMA berarti adalah mereka yang menginjak usia remaja Satu kelompok yang sering menggunakan aplikasi online semacam itu baik dengan cara positif maupun negatif adalah remaja (Kuss and Griffiths 2012; Kuss and Griffiths 2017). Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil survey APJII tahun 2017 yang menunjukkan pengguna terbanyak *game online* adalah pada rentang usia 19-34 tahun yaitu sebanyak 49,52% atau sekitar 70,94 juta pengguna. Hasil survey Kementerian Informasi dan Komunikasi masyarakat Indonesia sebagai pengguna internet terbanyak ke-6 di dunia, dan sebagian besar penggunaannya adalah remaja usia 15 sampai 19 tahun sebagaimana usia tersebut merupakan usia remaja pada tingkat sekolah menengah.



Fenomena tersebut di atas sangat berbanding terbalik dengan apa yang seharusnya dilakukan oleh siswa di lingkungan sekolah. Siswa memiliki tugas pokok yang harus mereka lakukan dan kerjakan di lingkungan sekolah. Tugas seorang siswa harusnya adalah belajar, taat pada peraturan sekolah, patuh dan hormat pada guru, disiplin, dan menjaga nama baik sekolah. Tetapi mereka lebih banyak bermain *game online* sehingga menyebabkan mereka sampai mengalami adiksi.

Adiksi *game online* adalah masalah perilaku yang menurut Griffiths (2005), terdapat beberapa komponen yang mengarah kepada pengembangan adiksi, yaitu seperti: tingkah laku menonjol (individu disibukkan dengan *game*); individu menggunakan perilaku untuk mengubah suasana hati mereka (misalnya, *game* digunakan untuk melarikan diri dari kenyataan atau menciptakan perasaan euforia); toleransi berkembang (individu membutuhkan lebih banyak waktu untuk merasakan efek yang sama); gejala penarikan terjadi setelah penghentian perilaku (individu merasa cemas, depresi, dan mudah marah jika mereka dicegah bermain); konflik interpersonal dan intrapersonal berkembang sebagai konsekuensi dari perilaku (individu memiliki masalah dengan hubungan mereka, pekerjaan, dan hobi, dan kurangnya keberhasilan). Konflik tersebut muncul disebabkan oleh meningkatnya agresivitas remaja pengguna *game online*.

*American Medical Association* (AMA) memperingatkan bahwa orang yang adiksi *game* sesungguhnya mengalami gangguan mental. AMA menilai bahwa *game* dapat membawa ancaman yang sangat besar apabila dimainkan

secara berlebihan. AMA juga mengungkapkan bahwa *game* memiliki kaitan erat dengan gangguan kejiwaan yang berupa peningkatan agresivitas serta perilaku yang brutal. (Srn)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan penulis pada salah satu SMA negeri di Bangka Belitung, diperoleh data siswa dengan kecenderungan *game online* dan terdapat 12 siswa yang bersikap agresif akibat dari dampak bermain *game online* yang berlebihan. Kriteria agresi yang diperoleh dari data beberapa siswa tersebut ada siswa yang menyumpah atau berkata kasar kepada teman sebayanya, beradu mulut atau berkelahi kepada teman sesama *gamer*, membentak siswa wanita, membolos, bahkan sampai berani berkata kasar dan memukul guru yang menegur mereka, dan yang terparah adalah mereka sesama *gamer* membentuk kelompok sendiri untuk melakukan aksi tawuran dengan para *gamer* lawan mereka.

Selain itu, terdapat empat orang siswa yang menyatakan bahwa mereka sering memendam perasaan amarah terhadap sesuatu hal yang mereka sendiri tidak mengetahui penyebab dari rasa amarah tersebut. Perasaan amarah yang mereka rasakan tersebut akhirnya berpengaruh terhadap kestabilan emosi mereka ketika berhadapan dengan guru, teman di sekolah, dan bahkan ada siswa yang melawan orang tua. Dari beberapa kriteria agresi yang diuraikan di atas, maka penulis meyakini bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi *game online* dengan agresivitas siswa.

Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa agresi berhubungan dengan adiksi *game online*. (Jeong, Kim, Lee, & Lee,

2016; Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Anderson & Bushman (2001), perilaku agresif sangat terkait dengan adiksi *game online*, dan intervensi dari pengaruh adiksi *game online* terhadap agresivitas remaja harus segera dilakukan agar perilaku agresif tersebut tidak meningkat. Agresivitas remaja yang meningkat tersebut disebabkan karena pengaruh permainan yang dimainkannya. Secara tidak sadar dan berangsur-angsur remaja akan merekam apa saja yang dimainkannya dalam memori bawah sadarnya yang kemudian bisa menyebabkan timbulnya sikap agresif tersebut. Sikap agresif yang muncul dapat berupa kata-kata kasar, merusak barang-barang yang ada disekitarnya, sampai pada penyiksaan fisik terhadap teman sebayanya untuk memuaskan emosi.

Selain itu, hal-hal yang menyebabkan meningkatnya agresivitas remaja tergantung kepada jenis *game online* yang digunakan. Tidak semua jenis *game online* berdampak negatif. Namun, jenis *game online* yang dapat meningkatkan agresivitas remaja adalah *game online* yang menampilkan persaingan, kekerasan, peperangan, dan lain sebagainya. Jenis permainan tersebut menurut Achterbosch, Pierce, & Simmons (2008) adalah jenis permainan *Massively Multiplayer Online Game* (MMOG), seperti: *Massively Multiplayer Online Real-time Strategy games* (MMORTS), *Massively Multiplayer Online Role-Playing Game* (MMORPG), *Massively Multiplayer Online First-Person Shooter* (MMOFPS), dan *Massively Multiplayer Online Sosial Game* (MMOSG).

Terdapat hubungan antara bermain *game* kekerasan dan agresivitas (Anderson & Bushman, 2001; Sherry, 2001). Dengan hasil temuan ini, pengguna *game online* umumnya menunjukkan lebih banyak tanda-tanda agresi. Hubungan langsung antara kecanduan *game* dan agresi juga telah ditemukan oleh Hauge dan Gentile (2003). Studi lain (Grüsser, Thalemann & Griffith, 2007; Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008) juga mengungkapkan perbedaan signifikan dalam perilaku agresif antara pemain yang adiksi dan tidak.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Tanjung (2015) yang mengungkapkan bahwa *game online* kurang mempengaruhi tindakan agresivitas pada siswa dikarenakan tidak adanya pengaruh yang signifikan dari beberapa aspek *game online* sehingga dapat menyebabkan seseorang menjadi agresif. Oleh karena itu, perlu ditinjau dan diteliti lebih mendalam lagi mengenai keterkaitan antara adiksi *game online* dengan agresivitas siswa. Untuk melihat perilaku agresif yang ditimbulkan, dapat diketahui dengan memperhatikan berbagai bentuk agresivitas.

Menurut Buss dan Perry (1992) agresi terbagi dalam beberapa bentuk, yaitu: agresi fisik, dapat terlihat seperti dalam bentuk perkelahian dengan teman sebaya, menyerang orang lain secara fisik, berlaku kasar terhadap orang tua, guru, dan orang dewasa; agresi verbal, yaitu kecenderungan menyerang orang lain dengan cara memberikan stimulus yang merugikan orang lain atau menyakiti orang lain; perasaan marah dimana individu merasa kesal dan marah terhadap sesuatu; dan permusuhan.

Hal ini senada dengan hasil penelitian Ramdhani (2013) yang menemukan banyaknya anak remaja yang bersikap agresif ketika sedang bermain *game online*, sikap agresif itu muncul ketika karakter dalam permainan *game online* itu mengalami kekalahan. Agresivitas itu muncul dengan adanya sikap agresif yang muncul seperti berbicara kasar, membanting keyboard, beradu mulut seperti mengeluarkan nama binatang dengan temannya serta bisa sampai berkelahi.

Hasil penelitian Amanda (2016) mengungkapkan bahwa perilaku agresif dapat menimbulkan dampak negatif seperti, hilangnya nyawa akibat emosi dari jalannya permainan, seperti pada peristiwa di Filipina dimana seorang remaja usia 16 tahun telah membunuh rekannya yang berusia 11 tahun dikarenakan item pada salah satu permainan *game online* yang dia kumpulkan hilang. Sang pelaku menduga korban mengambilnya karena selama ini mereka seringkali bermain *game* tersebut bersama.

Dari berbagai dampak permasalahan agresi di atas, maka agresivitas remaja membutuhkan berbagai intervensi yang bisa mengurangi atau bahkan menghentikan terjadinya dampak negatif yang lebih lanjut pada remaja. Remaja yang dimaksud disini adalah remaja pada masa sekolah atau yang sering disebut dengan peserta didik. Peserta didik yang berada pada masa remaja adalah individu-individu yang sedang menjalani proses pencarian identitas menuju dewasa yang memiliki karakter senang untuk mencoba hal-hal baru.

Perkembangan menuju kedewasaan memerlukan perhatian kaum pendidik secara bersungguh-sungguh dan diperlukan pendekatan psikologis-paedagogis dan pendekatan sosiologis terhadap perkembangan remaja, guna memperoleh data yang objektif tentang masalah-masalah yang dihadapi. Pendidikan merupakan kemajuan bangsa, dalam membentuk manusia yang berbudaya dan bermartabat yang jauh dari perilaku kekerasan. *Bimbingan konseling* di sekolah berada pada posisi yang sangat strategis untuk mengembangkan dan mengarahkan perilaku siswa agar sesuai dengan tuntutan lingkungan perkembangannya dan terhindar dari hal-hal yang dapat merugikan diri di masa depan. Oleh karena itu, intervensi yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan konseling.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh King, Delfabbro, Griffiths, & Gradisar (2011) dimana mereka menyatakan bahwa untuk mengatasi terjadinya dampak agresif dari adiksi *game online* adalah dengan melakukan konseling. Namun, karena perilaku agresif yang dimunculkan oleh siswa merupakan akibat dari kebiasaan bermain *game online*, maka juga perlu dilakukan suatu pelatihan yang dapat mengatasi agresi secara efektif. Pelatihan tersebut adalah *Aggression replacement training (ART)*. ART sangat cocok untuk mereduksi perilaku agresi. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Amendola & Robert (2010) dalam artikelnya yang menyatakan bahwa selama lebih dari 20 tahun, ART berhasil mengatasi perilaku agresi dan menghasilkan perilaku positif.

ART adalah intervensi perilaku kognitif yang merupakan bagian dari pendekatan CBT, tetapi ART merupakan suatu intervensi tersendiri untuk membantu remaja meningkatkan kompetensi keterampilan sosial dan penalaran moral mereka, mengelola kemarahan dengan lebih baik, dan mengurangi perilaku agresif. Program yang dinilai efektif untuk mengurangi agresivitas, baik sebagai pencegahan maupun penanganan, adalah dengan menggunakan pendekatan kognitif perilaku (Knorth et al., 2007; Blake & Hamrin, 2007) karena permasalahan agresivitas tidak hanya fokus pada aspek kognitif saja, tetapi juga harus memperhitungkan fungsi pada aspek afektif dan perilaku.

Walaupun ART merupakan bagian dari pendekatan CBT, tetapi dalam pelaksanaan dan prosedur intervensinya sangatlah berbeda. Dan dalam hal ini, Lemos, Cristiano, & Everton (2014) dalam penelitiannya mengatakan bahwa pendekatan CBT secara umum lebih efektif untuk mengatasi seseorang yang mengalami agresi karena adiksi *game online* dan *video game*. Tetapi, dalam intervensi ART terdapat keterampilan yang dirancang untuk mengajarkan kurikulum perilaku prososial yang luas; pelatihan pengendalian kemarahan, metode untuk memberdayakan remaja untuk memodifikasi respons kemarahan mereka sendiri; dan pelatihan penalaran moral untuk membantu memotivasi remaja untuk menggunakan keterampilan yang dipelajari melalui komponen lain. (*Aggression replacement training*, n.d.).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Brannstrom, Kaunitz, Andershed, South, & Smedslund (2016) yang menyatakan bahwa *Aggression*

*replacement training* tidak berkontribusi pada kejahatan, sebagaimana diketahui bahwa kejahatan itu sendiri berkaitan erat dengan perilaku agresif. Melengkapi pernyataan di atas, penelitian lain yang dilakukan oleh McCart, Priester, Davies, & Azen mengemukakan bahwa pelatihan atau *training* yang efektif untuk mereduksi perilaku agresif adalah dengan melakukan *behavioural parent training* (BPT). BPT ini sangat efektif untuk mereduksi agresif pada remaja, karena pada pelatihan ini orang tua dilatih menggunakan keterampilan untuk manajemen atau mengatur anak-anak mereka khususnya perilaku yang bermasalah dengan menggunakan prinsip-prinsip teori belajar perilaku dan teknik modifikasi perilaku sehingga dapat meningkatkan perilaku prososial pada remaja. Berdasarkan kesenjangan dari beberapa penelitian yang berbeda tersebut maka perlu dilakukan suatu penelitian lebih lanjut untuk mengetahui keefektifan dari ART untuk mereduksi perilaku agresif remaja dengan ketergantungan *game online*.

Selain dari ART, terdapat salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam mereduksi agresivitas dari pengguna *game online*. Konseling adalah hubungan bantuan antara konselor dan konseli yang difokuskan pada pertumbuhan pribadi dan penyesuaian diri serta pemecahan masalah dan pengambilan keputusan (Gibson dan Mitchell, 2011). Dengan dilakukannya konseling, setiap siswa akan memahami kondisi yang mereka alami sendiri, memahami lingkungannya, permasalahan yang mereka alami, kekuatan serta kelemahan dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi permasalahannya (Sudrajad, 2011).



Pendekatan konseling yang dapat digunakan untuk mereduksi agresivitas dari siswa dengan kecenderungan *game online* yaitu dengan menggunakan pendekatan *motivational interviewing*. Pendekatan ini dikembangkan untuk membantu individu melepaskan perilaku adiksi dan mempelajari keterampilan perilaku baru, menggunakan teknik seperti pertanyaan terbuka, pendengaran reflektif, afirmasi, dan peringkasan untuk membantu individu mengekspresikan kekhawatiran mereka tentang perubahan.

Pendekatan ini menetapkan keterampilan konseling non-direktif dalam suatu kerangka kerja yang mengundang klien untuk menilai secara relatif dan manfaat dari masalah mereka saat ini dan untuk membuat penilaian pribadi tentang sejauh mana perilaku tersebut menjadi masalah bagi mereka, dan dengan penilaian tersebut, mereka akan termotivasi untuk masuk ke dalam proses perubahan ke arah yang lebih baik. Mereka akan termotivasi untuk merubah perilaku agresi yang telah ada dalam diri mereka.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prigrove (1991), menunjukkan bahwa pendekatan *motivational interviewing* cocok untuk diterapkan dengan pelaku agresif yang secara karakteristik ambivalen dalam manajemen agresi dari dampak adiksi *game online*. Selain itu, Michaud, Martin, Stein, Bassett, Lebeau, & Golembeske (2016) juga menyatakan dalam hasil penelitian mereka bahwa pendekatan *motivational interviewing* sangat cocok dan lebih baik untuk diterapkan dalam upaya mereduksi perilaku agresif.

Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Huangetal (2010) dan King, Delfabbro, Griffiths, & Gradisar (2011) yang menyatakan bahwa sebagian besar rekomendasi terapeutik yang dapat digunakan pada pengobatan adiksi yaitu teknik *motivational interviewing*, kontrol stimulus, belajar tanggapan coping yang tepat, strategi pemantauan diri, restruktur kognitif, dan pemecahan masalah yang terkait dengan adiksi. *Motivational interviewing* adalah gaya konseling yang diarahkan dan berpusat pada konseli untuk memunculkan perubahan perilaku dengan membantu konseli mengeksplorasi dan menyelesaikan ambivalensi atau keraguan dalam dirinya.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti & Tri (2016) yang menyatakan bahwa konseling *behavioral* dengan teknik *modelling* sangat efektif untuk mereduksi perilaku agresif siswa. Hal ini ditunjukkan bahwa setelah melakukan konseling kelompok dengan teknik *modelling*, siswa yang mengalami perilaku agresif yang tinggi menurun sangat drastis menjadi rendah. Oleh karena perbedaan inilah, maka penulis ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai keefektifan dari konseling *motivational interviewing* untuk mereduksi perilaku agresif siswa karena adiksi *game online*.

Berdasarkan fenomena di atas, dibutuhkan penelitian lebih lanjut mengenai pengentasan masalah agresi dari perilaku adiksi *game online*. Diperlukan penelitian yang lebih mendalam mengenai pengentasan masalah perilaku adiksi *game online*. Dengan demikian peneliti menyusun proposal tesis dengan judul “Keefektifan *Aggression replacement training (ART)* dan

Konseling *Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* pada Siswa Kelas XI SMA N 1 Toboali”.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Terdapat 12 siswa di SMA N 1 Toboali yang mengalami agresivitas dari kriteria adiksi *game online*
2. Siswa memiliki performa akademik yang kurang baik karena selalu bermain *game online*
3. Siswa mengalami tingkat agresi yang tinggi
4. Siswa menjadi kurang berinteraksi dengan lingkungan sosial karena selalu terlibat dengan *game online*
5. Siswa menyimpan kemarahan dampak dari bermain *game online*.
6. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa *aggression replacement training* tidak lebih efektif daripada CBT dan *parent behavioral training* untuk mereduksi agresivitas pada siswa.
7. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa *motivational interviewing* tidak lebih efektif daripada konseling *behavioral* teknik *modelling* untuk mereduksi agresivitas pada siswa.

## 1.3. Cakupan Masalah Penelitian

Penelitian ini akan mengkaji tentang cara mereduksi agresi siswa dengan kecenderungan *game online* dengan menggunakan *Aggression*

*replacement training* (ART) dan Konseling *Motivational interviewing* di SMA N 1 Toboali.

#### **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan cakupan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana keefektifan *Aggression replacement training* (ART) dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*?
2. Bagaimana keefektifan konseling *Motivational interviewing* (MI) dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*?
3. Bagaimana perbedaan keefektifan *Aggression replacement training* dan *Motivational interviewing* dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*?
4. Bagaimana interaksi antara kelompok *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing* dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*?

#### **1.5. Tujuan**

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk memperoleh gambaran mengenai keefektifan penerapan *Aggression replacement training* (ART) dan Konseling *Motivational interviewing* dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*. Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk:

1. Menganalisis keefektifan *Aggression replacement training* (ART) dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*

2. Menganalisis keefektifan konseling *Motivational interviewing* (MI) dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*
3. Menganalisis perbedaan keefektifan *Aggression replacement training* dan *Motivational interviewing* dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*
4. Menganalisis interaksi antara kelompok *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing* dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*.

## **1.6. Manfaat**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi yang jelas tentang cara mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dengan pendekatan *Aggression replacement training* (ART) dan *Motivational interviewing* melalui layanan konseling. Bersumber dari informasi tersebut diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis maupun teoritik yaitu :

### **1.6.1. Secara Teoritik**

Apabila ada peningkatan berarti hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman bahwa agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dapat direduksi dengan menggunakan *Aggression replacement training* (ART) dan Konseling *Motivational interviewing*.

### **1.6.2. Secara Praktik**

#### **1.6.2.1. Bagi Guru BK**

Bagi guru BK, manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai bekal untuk dapat memahami secara mendalam serta dapat mengaplikasikan secara nyata mengenai cara mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dengan *Aggression replacement training (ART)* dan Konseling *Motivational interviewing*.

#### 1.6.2.2. Bagi Siswa

Manfaat bagi siswa yaitu dapat menjadi bahan acuan tentang cara mengatasi agresivitas dengan kecenderungan *game online*.

#### 1.6.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi konseptual dalam pengembangan pelaksanaan konseling di masa mendatang mengenai cara mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dengan pendekatan *Aggression replacement training (ART)* dan konseling *Motivational interviewing* melalui layanan konseling individu.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS**

#### **2.1. Kajian Pustaka**

Permasalahan adiksi *game online* telah banyak dibahas dalam beberapa penelitian Lee, Chen, & Holim (2007) menyebutkan bahwa anak yang kecanduan *game* mengalami performa akademik yang kurang baik karena banyak menghabiskan waktu di depan layar monitor komputer atau handphone untuk bermain sehingga membuat prestasi menurun pada anak, serta membuat anak menjadi kurang berinteraksi dengan lingkungan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2013), dari hasil observasi dan penelitian, dapat diketahui bahwa dampak negatif perubahan perilaku siswa kelas VIII SMP N 1 Samboja dengan mengakses *game online* adalah dampak secara psikis yang dialami remaja yang sering bermain *game online* adalah mereka mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dan susah dalam bersosialisasi. Karena mereka keasyikan bermain *game online* dan bahkan sudah membuat mereka menjadi kecanduan, hal itulah membuat remaja menjadi malas belajar dan sulit berkonsentrasi. Serta dampak sosial seperti membuat siswa SMP N Samboja menjadi acuh dan kurang peduli dengan lingkungan.

Lebih lanjut Kuss, Louws, dan Wiers (2012) menjelaskan bahwa internet gaming addiction berhubungan dengan berbagai macam simptom psikofisiologis dan psikiatri dengan berbagai macam dampak negatif. Di dalam

DSM-V oleh Griffith (2013) dijelaskan bahwa *internet gaming addiction* berkaitan dengan berbagai macam dampak negatif, antara lain merusak hubungan dalam kehidupan nyata, mengganggu aktivitas masa lalu, tidur, pekerjaan, pendidikan, sosialisasi, dan hubungan.

Terkait kecanduan *game online* pada remaja adalah relevan karena beberapa alasan. Sehubungan dengan temuan perkembangan psikopatologi, yang nampaknya kecanduan cenderung memiliki prekursor selama masa remaja, juga relatif umum bahwa sebagian besar dependensi berkembang di masa dewasa awal (Griffiths, 2011). Oleh karena itu, upaya pencegahan harus ditetapkan yang menargetkan remaja yang memiliki pengalaman pertama mereka dengan zat dan perilaku adiktif selama masa pubertas atau dalam hal ini remaja usia sekolah menengah.

Penelitian yang dilakukan oleh Sanditaria (2012) yang berjudul Adiksi Bermain *game online* pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia *game online* Jatinangor Sumedang. Penelitiannya bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran tentang siswa yang adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah di warnet penyedia jasa *game online* di Jatinangor Sumedang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner Lemmens, Valkenburg, & Peter (2009) dengan 7 kriteria adiksi terhadap 71 responden anak usia sekolah di warung internet penyedia *game online* Jatinangor Sumedang. Responden yang termasuk kategori tidak adiksi jika memiliki  $<4$  kriteria adiksi dan yang termasuk kategori adiksi jika memiliki  $\geq 4$  kriteria adiksi. Hasil



penelitian menunjukkan sebanyak 38% responden termasuk dalam kategori tidak adiksi dan 62% responden termasuk dalam kategori adiksi. Berdasarkan penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa tingkat adiksi dapat terjadi pada anak usia sekolah. Penelitian ini mendukung penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, dimana sasaran yang akan diteliti adalah siswa di lingkungan sekolah

Adiksi *game online* dapat menyebabkan agresi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Jeong, Kim, Lee, & Lee (2016); Kim, Namkoong, Ku, & Kim (2008), mereka menyatakan bahwa agresi berhubungan dengan adiksi *game online*. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Anderson & Bushman (2001) juga menyatakan bahwa perilaku agresif sangat terkait dengan adiksi *game online*, dan intervensi dari pengaruh adiksi *game online* terhadap agresivitas remaja harus segera dilakukan agar perilaku agresif tersebut tidak meningkat.

Terdapat hubungan antara bermain *game* kekerasan dan agresivitas (Anderson & Bushman, 2001; Sherry, 2001). Dengan hasil temuan ini, pengguna *game online* umumnya menunjukkan lebih banyak tanda-tanda agresi. Hubungan langsung antara kecanduan *game* dan agresi juga telah ditemukan oleh Hauge dan Gentile (2003). Studi lain (Grüsser, Thalemann & Griffith, 2007; Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008) juga mengungkapkan perbedaan signifikan dalam perilaku agresif antara pemain yang adiksi dan tidak.

Hasil penelitian Ramdhani (2013) yang menemukan banyaknya anak remaja yang bersikap agresif ketika sedang bermain *game online*, sikap agresif

itu muncul ketika karakter dalam permainan *game online* itu mengalami kekalahan. Agresivitas itu muncul dengan adanya sikap agresif yang muncul seperti berbicara kasar, membanting keyboard, beradu mulut seperti mengeluarkan nama binatang dengan temannya serta bisa sampai berkelahi.

Hasil penelitian Amanda (2016) mengungkapkan bahwa perilaku agresif dapat menimbulkan dampak negatif seperti, hilangnya nyawa akibat emosi dari jalannya permainan, seperti pada peristiwa di Filipina dimana seorang remaja usia 16 tahun telah membunuh rekannya yang berusia 11 tahun dikarenakan item pada salah satu permainan *game online* yang dia kumpulkan hilang. Sang pelaku menduga korban mengambilnya karena selama ini mereka seringkali bermain *game* tersebut bersama. Dalam penelitian ini, terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, karena peneliti hanya akan melakukan penelitian kepada siswa yang memiliki kriteria agresif yang tidak terlalu tinggi dan masih dalam ranah *bimbingan konseling*.

Dalam penanganan agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*, maka perlu dilakukan suatu intervensi yang tepat sasaran, yaitu dengan melakukan konseling *Aggression replacement training (ART)*, dimana konseling ART sangat cocok untuk mereduksi perilaku agresi. Seperti pernyataan Amendola & Robert (2010) dalam artikelnya yang menyatakan bahwa selama lebih dari 20 tahun, ART berhasil mengatasi perilaku agresi dan menghasilkan perilaku positif.

Penelitian Murtadho (2014), menyatakan bahwa salah satu hal yang dapat diupayakan untuk mereduksi agresivitas adalah menggunakan ART.

Berdasarkan hasil penelitian ini dinyatakan bahwa ART yang bernuansa budaya dan Agama Islam efektif untuk mereduksi tingkat agresivitas siswa yang tinggi di Madrasah Aliyah. Untuk itu diajukan saran agar ART ini digunakan sebagai salah satu upaya untuk mereduksi tingkat agresivitas siswa Madrasah Aliyah. Perbedaan dengan rencana penelitian penulis adalah terletak pada konteks intervensinya. Penelitian penulis hanya melihat keefektifan ART secara umum untuk mereduksi agresivitas pada siswa, sedangkan dalam penelitian Murtadho (2014) menguji keefektifan ART ditinjau dari konteks budaya dan Agama Islam. Selain itu, penelitian Murtadho (2014) hanya mengkhususkan subjek penelitian yang memiliki agresivitas yang tinggi saja, sedangkan penulis akan menguji subjek dengan seluruh kriteria agresivitas.

ART adalah intervensi perilaku kognitif untuk membantu remaja meningkatkan kompetensi keterampilan sosial dan penalaran moral mereka, mengelola kemarahan dengan lebih baik, dan mengurangi perilaku agresif. Program yang dinilai efektif untuk mengurangi agresivitas, baik sebagai pencegahan maupun penanganan, adalah dengan menggunakan pendekatan kognitif perilaku (Knorth et al., 2007; Blake & Hamrin, 2007) karena permasalahan agresivitas tidak hanya fokus pada aspek kognitif saja, tetapi juga harus memperhitungkan fungsi pada aspek afektif dan perilaku.

Selain dari pendekatan ART, terdapat pendekatan konseling lain yang dapat digunakan dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*, yaitu dengan menggunakan pendekatan *motivational interviewing*. Berkenaan dengan penggunaan pendekatan

*motivational interviewing*, hal ini didasarkan pada konsep penerapan *Motivational interviewing* untuk mereduksi agresi pengguna *game online* pada siswa didukung dengan beberapa penelitian terdahulu yang relevan. Terkait dengan penggunaan pendekatan *Motivational interviewing* mengacu pada penelitian Woog (2016) yang menemukan hasil bahwa *motivational interviewing*, konseling suportif, dan teknik perilaku kognitif dapat digunakan untuk menangani masalah adiksi *game online* beserta dampaknya yang dalam hal ini adalah agresivitas remaja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prigrove (1991), menunjukkan bahwa pendekatan *Motivational interviewing* cocok untuk diterapkan dengan pelaku agresif yang secara karakteristik ambivalen dalam manajemen agresi dari dampak adiksi *game online*. Selain itu, Michaud, M.C., R.A. Martin, L.A.R. Stein, S. Bassett, R. Lebeau, & C. Golembeske (2016) juga menyatakan dalam hasil penelitian mereka bahwa pendekatan *Motivational interviewing* sangat cocok dan lebih baik untuk diterapkan dalam upaya mereduksi perilaku agresif.

Terkait dengan cara mereduksi gangguan agresivitas, Miller dan Rose (2009) mengungkapkan bahwa meskipun *Motivational interviewing* awalnya dikembangkan untuk mengatasi gangguan penggunaan zat, *Motivational interviewing* kini telah diuji untuk mengatasi berbagai perubahan perilaku pada banyak sasaran dan telah terbukti efektif baik dalam mengurangi perilaku maladaptif seperti agresivitas.

*Motivational interviewing* adalah metode alternatif yang dapat membantu rehabilitasi. Metode ini meminjam strategi dari terapi perilaku kognitif. Ini mengambil keuntungan dari teori sistem dan psikologi sosial secara persuasi. *Motivational interviewing* bekerja sejajar dengan ambivalensi untuk menciptakan perasaan komitmen batin untuk berubah ke arah yang lebih baik. (Karapetsas, Karapetsas, Zygouris, & Fotis, 2014)

Pelaksanaan pendekatan *Motivational interviewing* untuk mereduksi agresivitas pada siswa yang adiksi *Game online* dapat dilakukan dengan menggunakan layanan konseling. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh King, Delfabbro, Griffiths, & Gradisar (2011) dimana mereka menyatakan bahwa untuk mengatasi terjadinya dampak dari adiksi *game online* seperti agresi adalah dengan melakukan konseling. Selain itu, Labaika (2015) juga mengemukakan bahwa sebelum diberikan layanan konseling individu siswa bermain *game* setiap hari, kurang bisa menjaga amanah, berkata kurang sopan dan ada yang memiliki minat belajar yang rendah. Setelah diberikan konseling individu selama satu bulan, maka ada perubahan kearah yang lebih baik.

Berbeda dengan penelitian Karapetsas, Karapetsas, Zygouris, & Fotis (2014) yang menyatakan bahwa konseling *Motivational interviewing* hanya dapat digunakan sebagai pendekatan alternatif dalam upaya mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*. Perhatian dari orang tua adalah intervensi terbaik bagi siswa yang mengalami agresivitas dari adiksi *game online*. Orang tua perlu memperhatikan dan mengontrol kegiatan yang dilakukan oleh anak mereka, sehingga perilaku agresif yang telah muncul

tidak akan meningkat dan dapat tereduksi dengan sendirinya. (Karapetsas, Karapetsas, Zygouris, & Fotis, 2014)

Perbedaan antara beberapa penelitian terdahulu tersebut yang melatarbelakangi peneliti untuk ingin mengetahui lebih lanjut mengenai metode, pendekatan, atau strategi apa yang paling efektif untuk mereduksi agresivitas pada siswa yang mengalami adiksi *game online*. Oleh karena itu, berdasarkan data dari beberapa hasil temuan di atas, penulis menyimpulkan bahwa adiksi *game online* dapat menimbulkan dampak positif dan negatif bagi penggunaannya yang dalam hal ini rata-rata adalah remaja tingkat sekolah menengah. Dan untuk mengatasi agresivitas yang ditimbulkan siswa akibat dari adiksi *game online* tersebut dapat dilakukan dengan *Aggression replacement training* dan *Konseling Motivational interviewing*.

## **2.2. Kerangka Teori**

### **2.2.1. Adiksi *Game online***

#### **2.2.1.1. Pengertian Adiksi *Game online***

Adiksi atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan ketergantungan secara fisik pada suatu obat bius. Pada dasarnya, kecanduan akan menambah toleransi terhadap obat bius tersebut, mengalami ketergantungan psikologis dan fisik, serta akan mengasingkan diri dari masyarakat apabila berhenti menggunakan obat bius (Chapin, 2009).

Kata adiksi biasanya digunakan dalam konteks klinis dan diperhalus dengan perilaku berlebihan. Konsep dasar kecanduan dapat

diartikan pada perilaku secara luas, termasuk juga kecanduan pada teknologi komunikasi dan informasi. Adiksi/kecanduan *game online* merupakan suatu perilaku dari seseorang yang ingin secara terus bermain *game online* dengan menghabiskan waktu yang banyak serta menyebabkan kemungkinan bahwa individu yang bersangkutan tidak dapat mengontrol atau mengendalikan perilakunya tersebut (Imanuel, 2009).

Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) mendefinisikan adiksi *game online*:

“sebagai penggunaan berlebihan dan kompulsif pada video *game* atau *game* komputer yang mengakibatkan masalah sosial dan atau emosional. Meski mengalami masalah ini, pemain tidak dapat mengontrol penggunaan berlebihan tersebut.”

Young (2009) juga menyatakan bahwa adiksi *game online* merupakan tingkah laku yang ingin terus bermain *game online* dan tidak dapat dikontrol atau tidak mempunyai kekuatan dalam menghentikannya.

Berdasarkan definisi-definisi yang dikemukakan para ahli di atas, maka dapat disimpulkan perilaku adiksi *game online* adalah sesuatu kegiatan yang dilakukan individu yang ingin terus bermain *game online* menghabiskan waktu dan dimungkinkan individu tersebut tidak mampu mengontrol dan mengendalikannya, serta suatu keadaan individu yang terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan tidak bisa lepas untuk bermain *game online*.

#### 2.2.1.2. Aspek Adiksi *Game online*

Aspek seseorang adiksi akan *game online* sebenarnya hampir sama dengan jenis adiksi yang lain, akan tetapi adiksi *game online* dimasukkan kedalam golongan adiksi psikologis dan bukan adiksi secara fisik. Menurut Chen dan Chang (2008), sedikitnya ada empat aspek adiksi *game online*. Keempat aspek tersebut adalah:

1. *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus)

Kompulsif merupakan suatu dorongan/tekanan kuat yang berasal dari dalam diri seseorang untuk melakukan suatu hal secara terus menerus, dimana dalam hal ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online*.

2. *Withdrawal* (penarikan diri)

Adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menarik diri ataupun menjauhkan diri dari satu hal sebagai dampak dari kecanduannya. Yang dimaksud dengan penarikan diri disini adalah seseorang yang tidak mampu menarik dirinya untuk melakukan hal positif lainnya kecuali melakukan *game online*.

3. *Tolerance* (toleransi)

Toleransi dapat diartikan sebagai sikap untuk menerima keadaan diri kita seseorang melakukan suatu hal. Toleransi dalam kaitannya dengan adiksi *game online* berkaitan dengan jumlah waktu yang dihabiskan atau digunakan seseorang untuk melakukan sesuatu yang dalam hal ini adalah bermain *game online*. Kebanyakan dari



pemain *game online*, mereka tidak akan berhenti bermain *game* sampai merasa puas akan hal tersebut.

4. Interpersonal and *health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

Masalah interpersonal adalah persoalan-persoalan yang berkaitan antara interaksi seseorang dengan orang lain dan dapat dikatakan sebagai suatu masalah kesehatan. Pecandu *game online* memiliki kecenderungan untuk tidak menghiraukan hubungan interpersonal yang mereka miliki karena mereka hanya akan terfokus pada *game online* saja. Begitu pula dengan masalah kesehatan, para pecandu *game online* sangat kurang memperhatikan masalah kesehatan mereka, seperti tidak menjaga kebersihan badan, waktu tidur yang kurang, dan pola makan yang teratur.

Berbeda dengan Chen dan Chan (2008), Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) mengembangkan aspek-aspek tersebut menjadi 7 dimensi, antara lain :

1. *Saliency* (Ciri Khas)

Aspek dimana bermain *game* menjadi kegiatan yang paling penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi pikirannya (keasyikan), perasaan, dan perilaku (penggunaan yang berlebihan). Pemain *game* akan selalu terpikir dengan *game online* yang sedang dimainkan karena telah menjadi salah satu hal yang penting baginya,

sehingga sebagian besar waktu luangnya akan digunakan untuk bermain *game online*.

2. *Tolerance* (Toleransi)

Aspek yang berkaitan dengan proses dimana seseorang mulai bermain *game* lebih sering, sehingga secara bertahap membangun jumlah waktu yang dihabiskan untuk *game*. Pemain kesulitan menghentikan aktivitas bermain *game online* dan bahkan menambah waktu bermainnya.

3. *Mood Modification* (Perubahan Suasana Hati)

Dimensi ini sebelumnya diberi label *euphoria*, mengacu pada 'buzz' atau 'tinggi' yang berasal dari suatu kegiatan. Namun, modifikasi suasana hati juga dapat mencakup penenang dan-atau perasaan santai yang terkait dengan pelarian dari permasalahan dan stres, yang menjadi pengalaman subjektif seseorang akibat bermain *game*. Pemain *game online* akan merasakan suatu perubahan mood yang meningkat dan membaik ketika ia mulai bermain *game online*.

4. *Relapse* (Mengulang Kembali)

Aspek ini berkaitan dengan kecenderungan pemain untuk berulang kali kembali ke pola awal dari bermain *game*. Pola bermain yang berlebihan dengan cepat dipulihkan setelah periode pantang atau kontrol. Ketika pemain *game online* berusaha untuk mengurangi waktu bermainnya, pada tahap kecanduan pemain akan selalu kembali

ke pola awal dan gagal dalam usahanya untuk mengurangi waktu maupun intensitas bermainnya.

5. *Withdrawal* (Menarik diri)

Aspek ini berkaitan dengan adanya emosi tidak menyenangkan dan atau efek fisik yang terjadi ketika bermain *game* tiba-tiba berkurang atau dihentikan. Oleh karena itu pemain *game online* akan semakin kesulitan dalam menarik dirinya dari kebiasaan bermain *game online* yang berlebihan.

6. *Conflict* (Konflik)

Aspek ini mengacu pada semua konflik antar pribadi dihasilkan dari bermain *game* yang berlebihan. Konflik terjadi antara pemain dan orang-orang di sekitarnya. Konflik dapat mencakup argumen dan pengabaian atau juga kebohongan. Ketika pemain dalam tahap kecanduan, mereka akan mengabaikan kehidupannya demi fokus pada aktivitas gamingnya. Hal tersebut tentu saja membuatnya memiliki konflik dengan orang-orang disekitarnya.

7. *Problem* (Masalah)

Aspek masalah ini mengacu pada masalah yang disebabkan karena bermain *game* berlebihan. Masalah dengan lingkungan sosial, maupun yang timbul dalam diri individu, seperti konflik intrapsikis dan perasaan subjektif dari hilangnya kontrol. Masalah-masalah yang dapat dihadapi oleh pecandu *game online* dapat bersifat fisik maupun sosial. Secara fisik, pemain yang berlebihan dalam bermain *game*

*online* akan mengganggu tidur dan kebutuhan lainnya, sehingga akan mengganggu kerja tubuh yang membutuhkan istirahat dan pemenuhan kebutuhan yang cukup. Pecandu juga akan mengalami masalah dengan sosial seperti yang disebutkan dalam aspek konflik sebelumnya.

#### 2.2.1.3. Faktor-faktor Penyebab Adiksi *Game online*

Individu yang mengalami adiksi *game online* disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi adiksi internet atau *game online* menurut Young (2009) antara lain:

1. Ciri Khas (*Salience*)

Biasanya dikaitkan dengan pikiran-pikiran yang berlebihan secara mencolok terhadap bermain *game*. Memikirkan *game* bahkan ketika offline atau berfantasi mengenai bermain *game* saat harus berkonsentrasi dengan hal lain misalnya tugas atau pekerjaan lainnya, bahkan bermain *game* akan menjadi prioritas utama pemain.

2. Penggunaan yang Berlebihan (*Excessive Use*)

Penggunaan atau bermain *game online* yang terlalu banyak dapat menyebabkan hilangnya pengertian tentang pengabaian kebutuhan-kebutuhan dasar atau penggunaan waktu dalam kehidupannya sehari-hari; misalnya makan, tidur, bahkan mandi. Individu biasanya menyembunyikan waktu online dari keluarga atau orang terdekat.

3. Pengabaian Pekerjaan (*Neglect to Work*)

Individu mengabaikan pekerjaannya karena aktivitas *game online*, produktivitas dan kinerja menurun karena bermain *game*. Tugas dan pekerjaan akan diabaikan karena pemain lebih memprioritaskan *game*.

4. Antisipasi (*Anticipation*)

Bermain *game online* digunakan sebagai sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan sementara masalah yang terjadi dalam kehidupan nyata para pemain. Karena kebiasaan ini, pemain akan terbiasa melarikan diri dari permasalahan melalui *game online* dan lama kelamaan akan menjadi kebiasaan dan mendominasi pikiran dan bahkan perilakunya. Bermain *game* digunakan sebagai strategi coping dari masalah yaitu sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan permasalahan yang terjadi di kehidupan nyata, lama kelamaan aktivitas internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam hidup sehingga mendominasi pikiran, perasaan dan perilakunya.

5. Mengabaikan akan Kehidupan Sosial (*Neglect to Social Life*)

Pemain akan mengabaikan kehidupannya dan mengorbankan kegiatan sosial untuk bermain *game*. Kegiatan bermain *game* yang dilakukan secara terus menerus akan mengurangi waktu sosialnya.

6. Ketidakmampuan Mengontrol Diri (*Lack of Control*)

Ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol diri akan menimbulkan banyaknya waktu yang digunakan untuk bermain *game online* baik dalam durasi maupun intensitas yang digunakan. Penggunaan waktu yang tidak terkontrol dapat berakibat buruk pada kesehatan seseorang. Beberapa hal yang menjadikan seseorang kesulitan berhenti bermain *game online* adalah karena *game online* yang telah mendominasi pikiran pemainnya, sehingga pemain akan menggunakan banyak waktunya untuk bermain *game* dan terbiasa mengabaikan pekerjaan atau tanggung jawabnya serta kehidupan sosialnya. Selain itu kebiasaan pemain bermain *game online* untuk melarikan diri dari masalah sehari-hari dan ketidakmampuan individu dalam mengontrol atau mengendalikan dirinya akan membuat seseorang tidak bisa melepaskan diri dari bermain *game online* yang berlebihan.

Immanuel (2009) juga menjabarkan faktor-faktor yang mempengaruhi adiksi *game online* ada dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal disini merupakan faktor dari dalam diri seorang individu, meliputi keinginan yang kuat dari seseorang untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam bermain *game online*, mengurangi rasa bosan yang dirasakan seseorang ketika berada di rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas yang penting, serta kurangnya *self control* dalam diri seseorang tersebut. Sedangkan faktor eksternal, terdiri dari kurang memiliki hubungan sosial

yang baik, lingkungan yang kurang terkontrol karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*, serta harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan positif lainnya seperti melakukan kursus-kursus atau les-les, dsb.

#### 2.2.1.4. Dampak Bermain *Game online*

Bermain *game online* tentunya mempunyai dampak yang akan mempengaruhi penggunanya. Tentunya dampak yang ditimbulkan bisa bermacam-macam, yaitu dampak positif dan dampak negatif. Suryanto (2015) mengemukakan dampak positif permainan *game online* di kalangan pelajar, sebagai berikut:

1. Menghilangkan *stress*, artinya para pelajar dapat menghibur dan mengatasi kelelahan akibat rutinitas kegiatan sekolah dengan bermain *game online*.
2. Nilai mata pelajaran komputer paling menonjol di sekolah, artinya kebiasaan mengoperasikan komputer di warnet menyebabkan pelajar mengetahui teknik-teknik dasar dan ilmu komputer. Kebiasaan memegang keyboard juga meningkatkan kecepatan pelajar dalam mengetik.
3. Cepat menyelesaikan permasalahan (*problem solving*) pelajaran, artinya kebiasaan pelajar dalam memecahkan masalah/ level dalam bermain *game online* berdampak pada kemampuannya untuk menyelesaikan soal pelajaran terkait (*problem solving*) yang menuntut siswa dalam belajar untuk memecahkan soal pelajaran.

4. Dampak positif yang paling dapat dirasakan dari bermain *game online* adalah mudah berkenalan dengan teman baru yang memiliki hobby sama. Meskipun proses sosialisasi pelajar hanya sebatas teman/ orang baru yang memiliki hobby yang sama namun hal ini merupakan dampak positif terhadap pelajar yang masih remaja dalam mengembangkan kematangan pola pikirnya dalam membangun proses sosialisasi.

Sedangkan dampak negatif dari bermain *game online* di kalangan pelajar dapat dirinci sebagai berikut (Suryanto, 2015):

1. Sering bolos agar bisa bermain *game online* di warnet, artinya adiksi yang dialami pelajar membuatnya agar dengan berbagai cara agar dapat bermain *game online* dan mengabaikan masa belajar aktif di sekolah. Hal ini terbukti berdampak pada prestasi di sekolah yaitu ranking kelas yang rendah.
2. Penggunaan uang jajan yang tidak tepat sebagaimana mestinya, uang jajan yang diberikan oleh orang tua sering dihabiskan untuk membeli voucher *game online* dan membayar rental komputer di warnet.
3. Jarang berolahraga dalam setiap minggu, meskipun terdapat mata pelajaran olahraga di sekolah hal ini dirasa belum cukup bagi kondisi fisik pelajar. Pelajar juga mengaku sering diajak teman yang lain untuk berolahraga seperti bermain futsal atau bermain sepak bola pada saat waktu senggang, namun pelajar yang kecanduan *game online*



lebih suka pergi bermain di warnet daripada ikut temannya untuk berolahraga.

4. Dampak negatif yang paling responden rasakan dari bermain *game online* adalah boros jika mempunyai uang, karena dihabiskan untuk bermain *game online*. Biaya seperti pembelian voucher *game online*, biaya penyewaan komputer warnet (*billing*), makan dan minum selama di warnet, dan biaya lainnya membuat uang jajan yang diberikan orang tua selalu dihabiskan untuk kepentingan *game online*. Berdasarkan uraian di atas maka dampak yang ditimbulkan dari bermain *game online* ada dua yaitu dampak positif dan dampak negatif. Adapun dampak positif bermain *game online* ini antara lain dapat menguasai komputer, dapat mengerti bahasa inggris, dan dari *game online* ini dapat menambah teman. Sedangkan dampak negatif dari *game online* antara lain adalah membuat seseorang menjadi kecanduan, merelakan waktu sekolah hanya untuk bermain *game*, menghambur-hamburkan uang, dan terkadang juga sampai lupa makan, bolos sekolah, lupa waktu pulang, serta bisa mengakibatkan mata minus akibat terlalu seringnya bermain *game online* karena terlalu sering berhadapan dengan monitor komputer.

## **2.2.2. Agresivitas**

### **2.2.2.1. Pengertian Agresivitas**

Agresivitas dapat diartikan sebagai suatu perilaku agresif atau segala bentuk perilaku untuk melukai orang lain. Baron & Richardson (dalam Krahe, 2005: 16-17) mendeskripsikan agresi sebagai segala bentuk

perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup.

Menurut Rahman (2013: 197) agresi dapat diartikan sebagai:

“perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain baik secara fisik maupun psikis. Sikap agresif adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut.”  
Nugraheni & Christiana (2013, 338) juga mengungkapkan definisi

agresi dalam artikelnya, yaitu:

“perilaku agresif merupakan segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang dan cenderung menyerang baik secara fisik maupun mental yang merugikan orang lain juga diri sendiri.”

Selain itu, Santrock (2014: 201) juga mengemukakan definisi

agresif secara psikologis, yaitu:

“Agresif secara psikologis merupakan suatu tingkah laku yang menunjukkan sikap tidak menghargai dan suatu sikap yang buruk, kurang perhatian, berburuk sangka, suka memanfaatkan orang lain, berperilaku kasar, memaki, tertutup, tidak mau bekerja sama, tidak peduli kepada orang lain, menjauh dari orang lain, merusak reputasi dan perasaan orang, menyebarkan berita buruk, mempermainkan orang lain, serta tidak mau berbagi dengan orang.”

Sugiyo (2005:110) dalam bukunya menyatakan bahwa setidaknya

ada dua pengertian agresif, yaitu:

“Menurut kaum behavioristik, perilaku dapat dikatakan agresi apabila perilaku tersebut melukai orang lain. Menurut kaum kognitif, agresif didefinisikan sebagai tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain.”

Menurut Fatima & Phill (2015: 49), *aggression can be defined as an emotion that tends to hurt, harm or destroy something or someone.*

Yaitu bahwa agresi dapat didefinisikan sebagai suatu emosi yang

cenderung untuk menyakiti, melukai atau menghancurkan seseorang atau sesuatu.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa agresivitas atau perilaku agresif adalah perilaku yang dilakukan oleh seseorang yang dapat merugikan ataupun menyakiti diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikis dan dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung oleh seseorang.

#### 2.2.2.2. Penyebab Agresivitas

#### 2.2.2.3. Ciri dan Bentuk Agresivitas

Agresivitas merupakan salah satu bentuk perilaku yang rumit. Oleh karena itu, dibutuhkan pembelajaran yang tidak alami. Tingkah laku individu yang diperoleh dari hasil belajar melalui pengamatan atas perilaku yang ditampilkan oleh individu lainnya yang menjadi model. Sosial modeling adalah salah satu penyebab yang paling sering menyebabkan agresi. Dalam konteks *game online*, siswa bersikap agresif karena mereka meniru dari *game* yang mereka mainkan. Perilaku agresif pada siswa muncul karena adanya kegiatan pembelajaran yang selanjutnya ditiru dari seseorang maupun media tertentu seperti *game online*.

Agresivitas dalam diri seseorang dapat dibedakan menjadi beberapa jenis dan ciri. Agresivitas dapat ditandai dengan ciri-ciri pada seorang anak yang suka mengejek, bertengkar, dan mengganggu orang lain. Krahe (2005:15) menyebutkan ciri-ciri perilaku agresif, yaitu:

“agar perilaku seseorang dapat dikatakan memenuhi kualifikasi perilaku agresi, maka perilaku tersebut harus dilakukan dengan niat

untuk menimbulkan akibat negatif terhadap targetnya, serta menimbulkan harapan bahwa tindakan tersebut akan menimbulkan sesuatu.”

Selain itu, Sukmadinata (2007) menjelaskan bahwa agresivitas pada diri seseorang termanifestasikan dalam bentuk yang dapat diamati oleh orang lain. Untuk menilai seseorang yang memiliki kecenderungan agresivitas, maka dapat dilihat pada ciri-ciri, bahwa:

“orang tersebut seringkali berbohong, walaupun seharusnya mereka bisa berterus terang; suka mencuri atau mengatakan bahwa barangnya kecurian apabila barangnya tidak ada; suka merusak sesuatu barang milik orang lain; suka menyakiti orang lain, kejam, berbicara kasar dan menyinggung perasaan orang lain; tidak peduli kepada orang lain, sombong dan suka menantang orang lain; suka marah-marah tanpa suatu alasan.”

Selain itu, terdapat beberapa bentuk dari perilaku agresif atau agresivitas. Menurut Buss (dalam Nashori, 2008) menyatakan bahwa perilaku agresif dapat diklasifikasikan menjadi 3 (tiga) bagian, yaitu perilaku agresif secara fisik atau verbal, secara aktif atau pasif, dan secara langsung atau tidak langsung. Masing-masing dari tiga klasifikasi tersebut akan saling berinteraksi, sehingga akan menghasilkan perilaku agresif seperti:

1. Perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara langsung, seperti: serangan fisik, baik mendorong, memukul, maupun menendang dan menunjukkan gestur yang menghina orang lain.
2. Perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung, seperti: mencuri atau merusak barang target, menghabiskan kebutuhan yang diperlukan target.

3. Perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara langsung, seperti: meneriaki, menyoraki, mencaci, membentak, berlagak atau memamerkan kekuasaan.
4. Perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung, seperti: menyebarkan rumor negatif, menghina opini target pada orang lain.
5. Perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara langsung, seperti: keluar ruangan ketika target masuk, tidak memberikan kesempatan target berkembang.
6. Perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung, seperti: menyebabkan orang lain tidak mengerjakan sesuatu yang dianggap penting oleh target, tidak berusaha melakukan sesuatu yang dapat menghindarkan target dari masalah.
7. Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara langsung, seperti: diam, tidak menjawab panggilan telfon.
8. Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara tidak langsung, seperti: membiarkan rumor mengenai target berkembang, tidak menyampaikan informasi yang dibutuhkan target.

Sedangkan menurut Buss & Perry (1992), bentuk agresivitas dapat dibagi menjadi 4 bagian yaitu :

1. Agresi Fisik (*Physical Aggression*), yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, membahayakan, dan mengganggu orang lain melalui respon motorik dalam bentuk fisik.

2. Agresi Verbal (*Verbal Aggression*), yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti membahayakan, dan mengganggu orang lain dalam bentuk ancaman dan penolakan secara vokal atau dalam bentuk verbal, atau kata-kata.
3. Kemarahan (*Anger*), merupakan suatu emosi negatif yang disebabkan oleh harapan-harapan yang tidak dapat terpenuhi dan dapat menyakiti orang lain serta menyakiti dirinya sendiri. Bentuk kemarahan dapat berupa kesal, marah, sebal, dan kebingungan untuk mengontrol hal tersebut. Dalam kemarahan juga termasuk temperamental dan cenderung untuk cepat marah serta kesulitan untuk mengendalikan kemarahan dalam dirinya.
4. Permusuhan (*Hostility*), adalah tindakan yang mengekspresikan kebencian, antagonisme, permusuhan, ataupun kemarahan yang sangat besar kepada orang lain. Hostality adalah bentuk agresi yang tidak terlihat yang mewakili komponen kognitif yang terdiri dari perasaan iri hati dan cemburu kepada orang lain dan curiga serta kekhawatiran dan ketidakpercayaan kepada orang lain.

#### 2.2.2.4. Faktor yang Mempengaruhi Agresivitas

Terdapat berbagai faktor bagi seseorang yang agresif. Selain itu, faktor tersebut akan menimbulkan dampak yang kurang baik bagi individu tersebut. Sugiyo (2005: 112) dalam bukunya menyebutkan bahwa:

“Seseorang bersikap agresif biasanya memiliki tujuan, yaitu kemenangan. Namun, kemenangan tersebut harus mereka bayar dengan dampak yang tidak menyenangkan. Orang yang agresif

akan dijauhi oleh teman, atau bahkan keluarganya sendiri karena perilakunya sudah menyakiti orang lain.”

Mahmudah (2011) memaparkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi agresivitas, antara lain adalah:

1. Provokasi, yaitu suatu tindakan yang akan menyebabkan sebuah reaksi dari seseorang atau orang lain seperti marah atau menyebabkan seseorang untuk mulai melakukan sesuatu. Provokasi juga dapat dikatakan seperti suatu tindakan “tantangan” atau “pancingan” terhadap orang lain. Provokasi yang dilakukan dapat berupa provokasi verbal maupun provokasi fisik.
2. Kondisi. Kondisi seseorang yang tidak nyaman dapat menyebabkan atau mempengaruhi seseorang tersebut untuk dapat bersikap lebih agresif.
3. Isyarat agresif. Seorang individu dapat bertindak secara agresif maupun tidak agresif tergantung dari isyarat agresif yang dapat memicu kejadian aktual dari agresi tersebut.
4. Kehadiran orang lain. Salah satu alasan banyak orang yang agresif adalah karena mereka tidak mempunyai keterampilan sosial dasar. Mereka tidak mengetahui bagaimana merespons provokasi dari orang lain dalam cara yang akan menenangkan orang lain dibandingkan dengan mengganggu mereka.
5. Karakteristik individu. Karakteristik seorang individu dapat dilihat berdasarkan kepribadian. Misalnya; seseorang yang identik dengan karakter terburu-buru dan kompetitif berbeda dengan tingkah laku

seseorang yang ditunjukkan dengan bersikap sabar, kooperatif, nonkompetisi, dan nonagresif.

6. Deindividualisasi. Deindividualisasi dapat mengarahkan seorang individu kepada keleluasaan untuk melakukan sesuatu yang bersifat agresi, sehingga perilaku agresi yang dilakukannya menjadi lebih intens.
7. Obat-obat terlarang. Penggunaan obat-obatan terlarang apabila dikonsumsi secara berlebihan akan dapat mengakibatkan pengurangan manajemen pengendalian diri dan sekaligus dapat menstimulasi keleluasaan bertindak agresif.
8. Pengaruh Media seperti *game*, atau memainkan *video game* yang berisi kekerasan dapat meningkatkan rangsangan fisik, meningkatkan perasaan agresif, perilaku agresif dan mengurangi perilaku prososial. Permainan ini akan cenderung untuk ditiru oleh pemainnya, biasanya lebih sering terlibat dalam perkelahian

Agresivitas atau perilaku agresif dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yakni: frustrasi, faktor lingkungan fisik, media kekerasan, *social modelling*, dan rangsangan yang bersifat umum (Taganing & Fortuna, 2008). Selain itu, perilaku agresif/agresivitas dapat dipengaruhi oleh lingkungan dimana seseorang tersebut tinggal, baik lingkungan keluarga, masyarakat, adat dan budaya di lingkungan setempat, ataupun media massa (Bandura dalam Sarwono, 2014: 146)



Selain dari beberapa aspek di atas, terdapat salah satu aspek internal yang mempengaruhi agresivitas seseorang, yaitu *moral disengagement* yang merupakan sebuah proses sosiokognitif dimana rata-rata orang mampu melakukan perbuatan yang mengerikan terhadap orang lain. *Moral disengagement* merupakan landasan seseorang dalam melakukan perbuatan yang tidak manusiawi dan melanggar moral. *Moral disengagement* disebut juga manifestasi kemampuan untuk melakukan perilaku yang tidak manusiawi dan kemampuan proaktif untuk melakukan perilaku manusiawi.

Berdasarkan faktor *moral disengagement*, terdapat mekanisme yang berkaitan erat dengan perilaku agresif, yaitu Distorsi *the consequences* (mengabaikan konsekuensi), atau meremehkan hasil perbuatan yang tercela (Howells, 2018). Hal ini terjadi akibat adanya pengabaian atau distorsi terhadap hasil perilaku destruktif seseorang. Ketika seseorang melakukan aktivitas yang mengganggu atau merusak pihak lain karena alasan personal seperti *game online* atau tekanan sosial, biasanya ia menghindar untuk menghadapi kerusakan yang ia akibatkan sendiri atau meminimalisir akibat tersebut, apabila upaya untuk meminimalisir kerusakan tidak berhasil, maka ia akan menghilangkan bukti kerusakan tersebut (Bandura, 2002).

Ketika seseorang berpikir bahwa perilaku agresif yang dilakukan merupakan perilaku yang wajar, maka orang tersebut akan melakukan perilaku agresif tersebut tanpa rasa bersalah. Oleh karena itu, *moral*

*disengagement* adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol perilaku yang dilakukan sehingga memungkinkan untuk melakukan perilaku yang tidak manusiawi, dan dapat diasumsikan bahwa semakin tinggi seseorang mengalami *moral disengagement*, maka semakin tinggi pula tingkat agresivitas yang akan dilakukan orang tersebut.

Tingkat agresivitas yang dilakukan orang tersebut berkaitan erat dengan konteks *game online* serta terdapat hubungan sebab akibat dimana kecanduan *game online* dapat menyebabkan perilaku agresif pada siswa ketika seseorang bermain *game* yang bertema kekerasan, peperangan, dan lain sebagainya. Jenis permainan tersebut menurut Achterbosch, Pierce, &

Simmons (2008) adalah jenis permainan *Massively Multiplayer Online Game* (MMOG), seperti: *Massively Multiplayer Online Real-time Strategy games* (MMORTS), *Massively Multiplayer Online Role-Playing Game* (MMORPG), *Massively Multiplayer Online First-Person Shooter* (MMOFPS), dan *Massively Multiplayer Online Sosial Game* (MMOSG).

Dari beberapa uraian definisi agresivitas diatas, maka dapat disimpulkan

bahwa perilaku agresif/agresivitas sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terkait dalam diri individu itu sendiri, sedangkan faktor eksternal terkait lingkungan dimana individu

bertempat tinggal. Oleh karena itu, untuk mengurangi dampak dari perilaku agresif yang akan ditimbulkan, maka perlu dilakukan suatu intervensi yang dalam hal ini sesuai dengan judul tesis penulis, yaitu akan

diberikan intervensi berupa *Aggression replacement training* dan  
Konseling *Motivational interviewing*.

### **2.2.3. *Aggression replacement training* (ART)**

#### 2.2.3.1. Pengertian *Aggression replacement training* (ART)

*Aggressive Replacement Training* (ART) adalah program intervensi bagian dari pendekatan *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) untuk membantu anak-anak dan remaja meningkatkan kompetensi keterampilan sosial dan penalaran moral, mengelola kemarahan dengan lebih baik, dan mengurangi perilaku agresif. Program pelatihan ini secara khusus menargetkan anak-anak dan remaja yang agresif secara kronis pada usia kisaran 12-17 tahun.

CBT adalah metode psikoterapi yang bertujuan untuk mendukung klien dalam mengidentifikasi dan memodifikasi keadaan psikologis internal, termasuk proses pemikiran yang menyimpang dan emosi negatif untuk memicu perubahan ke arah positif yang terkait dalam perilaku eksternal seseorang. Ketika penguatan eksternal dalam menanggapi perubahan ini dipicu, perilaku baru dapat dipertahankan (Hollin, 2004).

Menurut Fuggle, Dunsmuir & Curry, (2013: 3), mereka menyatakan bahwa:

“CBT tidak menggambarkan metode tunggal, tetapi umumnya proses CBT terdiri dari beberapa fase termasuk penilaian, untuk mengidentifikasi masalah dan menetapkan tujuan; intervensi atau psikoedukasi, untuk menerapkan teknik perubahan kognitif dan perilaku; dan meninjau, untuk mengevaluasi keberhasilan strategi.”

Dasar teori ART adalah CBT, tetapi setiap komponen intervensi berfokus pada elemen yang berbeda dari proses CBT, dengan *anger control training* yang peduli dengan regulasi emosi, moral reasoning berfokus pada pengembangan pemikiran matang dan pelatihan keterampilan sosial berkonsentrasi pada memodifikasi perilaku yang dianggap agresif (Glick & Gibbs, 2011).

*Aggression replacement training* atau pelatihan penggantian agresi adalah desain intervensi multimodal untuk mengubah perilaku remaja yang agresif (Goldstein, Rune, Bengt, & Mikael, 2004). Pelatihan ini terdiri dari pengaliran keterampilan, dirancang untuk mengajarkan kurikulum perilaku prososial yang luas, pelatihan pengendalian amarah, sebuah metode untuk memberdayakan remaja untuk memodifikasi sendiri respon dari amarah, dan pelatihan penalaran moral untuk membantu memotivasi remaja untuk menggunakan keterampilan yang dipelajari melalui komponen lain.

ART adalah intervensi tiga komponen untuk remaja antisosial yang bertujuan untuk memperbaiki keterampilan dan pemahaman interpersonal. Komponen-komponennya meliputi komponen pelatihan pengendalian kemarahan, komponen pelatihan keterampilan sosial, dan penalaran moral. Berbagai penelitian telah mengatakan bahwa ART menunjukkan peningkatan positif untuk remaja yang agresif termasuk remaja dan siswa yang suka melanggar. ART telah digambarkan sebagai intervensi yang menjanjikan yang membutuhkan penyelidikan lebih lanjut untuk lebih

dipahami tentang bagaimana perubahan positif terjadi dan komponen mana yang bertindak untuk menciptakan perubahan pada suatu masalah yang dialami remaja.

#### 2.2.3.2. Komponen *Aggression replacement training* (ART)

Terdapat tiga komponen yang membentuk ART, yaitu *skillstreaming*, pelatihan kontrol kemarahan (*anger control*), dan pelatihan penalaran moral (*moral reasoning*). Untuk lebih jelasnya, Goldstein, Rune, Bengt, & Mikael (2004) memaparkan penjelasan seperti di bawah ini:

##### 1. *Skillstreaming*

*Skillstreaming* melibatkan pengajaran keterampilan yang berfungsi untuk menggantikan perilaku destruktif yang tidak terkendali dengan perilaku prososial yang konstruktif. Unsur keterampilan ART mengajarkan keterampilan sosial yang konstruktif dalam hal petunjuk langkah demi langkah untuk mengelola situasi sosial utama.

Sesuai dengan prinsip-prinsip pelatihan keterampilan, keterampilan dicontohkan oleh pemimpin kelompok dan kemudian dipraktikkan oleh pelaku. ART membahas serangkaian keterampilan sosial “inti” yang relevan dengan kelompok sasaran untuk menghasilkan suatu perubahan.

*Skillstreaming* adalah intervensi dimana berbagai keterampilan perilaku secara sistematis diajarkan kepada remaja yang

agresif. Keterampilan ini diimplementasikan dengan kelompok-kelompok kecil dengan pemodelan, seperti: menjalankan peran, menyediakan beberapa kesempatan yang dipandu untuk mempraktikkan dan melatih perilaku interpersonal yang kompeten; memberikan umpan balik, atau memberikan pujian, serta membangun kembali, dan umpan balik terkait tentang seberapa baik permainan peran mereka terhadap keterampilan ini cocok dengan penggambaran model; dan pelatihan transfer, atau mendorong remaja untuk terlibat dalam serangkaian kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan peluang bahwa keterampilan yang dipelajari akan bertahan dan tersedia untuk digunakan saat dibutuhkan di lingkungan kehidupan nyata.

Keterampilan yang dipelajari remaja dari prosedur ini termasuk dalam satu dari enam hal yang mencakup:

- a. Keterampilan sosial awal, misalnya: memulai percakapan, memperkenalkan diri, dan memberikan pujian.
- b. Keterampilan sosial lanjutan, misalnya: meminta bantuan, meminta maaf, memberikan instruksi.
- c. Keterampilan yang terkait dengan perasaan, misalnya: berurusan dengan orang lain, mengekspresikan kasih sayang, berurusan dengan rasa takut.
- d. Alternatif untuk agresi, seperti: menanggapi godaan, negosiasi, dan membantu orang lain.

- e. Keterampilan untuk mengatasi stres, misalnya: ditinggalkan oleh orang yang disayangi, tuduhan yang tidak mendasar yang diajukan kepada diri, percakapan atau interaksi yang menegangkan.
- f. Keterampilan perencanaan, misalnya: menetapkan tujuan, pengambilan keputusan, dan menetapkan prioritas untuk menyelesaikan masalah.

## 2. Pelatihan Kontrol Kemarahan (*Anger Control*)

Kemarahan adalah keadaan emosional yang paling sering dikaitkan dengan perilaku kekerasan. Khususnya dengan pengalaman dan ekspresi kemarahan yang disfungsi. Kemarahan dianggap disfungsi ketika pengalaman dan ekspresi emosi ini memiliki konsekuensi negatif bagi individu itu sendiri (misalnya, kemarahan disfungsi dikaitkan dengan kesehatan fisik dan mental yang buruk) atau untuk orang lain. ART memungkinkan remaja untuk mengendalikan kemarahan mereka. ART menggunakan teknik manajemen kemarahan standar untuk meningkatkan kesadaran diri seseorang tentang tanda-tanda kemarahan internal, strategi manajemen koping, pelatihan keterampilan, instruksi diri, dan pemecahan masalah sosial.

Bagian dari pelatihan kontrol kemarahan mencakup beberapa hal yang perlu dicatat atau diketahui oleh remaja, yaitu:

- a. Identifikasi pemicu kemarahan, yaitu peristiwa eksternal dan pernyataan diri internal yang memicu respons kemarahan.
  - b. Identifikasi isyarat, yaitu, peristiwa fisik individu seperti otot yang mengencang, wajah memerah, dan kepalan tangan, yang membuat mereka sadar bahwa emosi yang ia alami adalah kemarahan.
  - c. Menggunakan pengingat, misalnya menyadarkan diri untuk "tetap tenang", "santai" dan "tenang".
  - d. Menggunakan reduksi atau serangkaian teknik seperti mengingat atau melakukan hal-hal yang dirancang secara tegas untuk menurunkan tingkat kemarahan individu, seperti menarik napas dalam, menghitung mundur, membayangkan kedamaian, atau membayangkan konsekuensi jangka panjang dari perilaku kemarahan yang ditimbulkan.
  - e. Menggunakan evaluasi diri, seperti merefleksikan seberapa baik kemarahan dengan mengidentifikasi pemicu, mengidentifikasi isyarat, menggunakan pengingat, dan menggunakan reduksi dan kemudian memuji atau menghargai diri sendiri karena telah melakukan kinerja yang efektif.
3. Pelatihan Penalaran Moral (*Moral Reasoning*)

Komponen ini berupaya mengatasi masalah yang berkaitan dengan keterlambatan dalam penalaran moral dan bias egosentris yang terkait dengan seseorang. Komponen ini bertujuan untuk membantu



meningkatkan keadilan dan kepedulian remaja terhadap kebutuhan dan hak orang lain. Bagian dari program ini berupaya untuk meningkatkan keterampilan penalaran moral pelaku agresi dan memperluas perspektif sosial mereka. Tujuan-tujuan ini dapat dicapai melalui pelatihan instruksi diri, pemecahan masalah sosial, pelatihan keterampilan, dan pengambilan keputusan sosial dalam suatu kelompok yang dipimpin.

#### 2.2.3.3. Kurikulum Inti *Aggression replacement training* (ART)

Sebagai suatu bentuk program pelatihan pengalihan agresi, *Aggression replacement training* (ART) memiliki kurikulum inti yang dapat dijadikan sebagai panduan dalam proses pelaksanaan pelatihan pengalihan agresi pada remaja, Goldstein & Barry (1994) mengemukakan kurikulum inti ART adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.1**  
**Kurikulum Inti *Aggression replacement training* (ART)**

Minggu	Komponen	Indikator
1.	Mengekspresikan keluhan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengidentifikasi masalah dan siapa yang bertanggung jawab atas hal itu.</li> <li>2. Memutuskan bagaimana masalah bisa diselesaikan.</li> <li>3. Memberi tahu setiap siswa apa masalahnya dan bagaimana cara menyelesaikannya.</li> <li>4. Menanyakan respon siswa.</li> <li>5. Menunjukkan bahwa kita memahami perasaannya (empati)</li> <li>6. Membuat kesepakatan tentang langkah-langkah yang harus diambil.</li> </ol>
2.	Menanggapi perasaan orang lain (empati)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengamati kata-kata dan tindakan orang lain</li> <li>2. Menentukan apa yang orang lain rasakan, dan seberapa kuat perasaan itu.</li> </ol>

*dilanjutkan ke halaman berikutnya...*

... lanjutan tabel halaman sebelumnya

		3. Menentukan apakah akan membantu jika orang lain tau bahwa kita memahami perasaan mereka.
		4. Beri tahu orang lain dengan cara yang hangat dan tulus, bagaimana menurutmu perasaannya.
3.	Mempersiapkan percakapan yang menegangkan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membayangkan berada dalam situasi yang stres.</li> <li>2. Memikirkan tentang perasaan dan mengapa Anda merasakan hal itu.</li> <li>3. Membayangkan orang lain dalam situasi yang penuh tekanan. Pikirkan tentang bagaimana perasaan orang tersebut.</li> <li>4. Membayangkan kamu memberi tahu orang lain apa yang ingin kamu katakan.</li> <li>5. Bayangkan apa yang akan dia katakan.</li> <li>6. Ulangi langkah-langkah di atas dengan sebanyak mungkin pendekatan yang bisa kamu pikirkan.</li> </ol>
4.	Menanggapi kemarahan	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Pilihlah pendekatan yang terbaik</li> <li>1. Mendengarkan apa yang orang lain katakan.</li> <li>2. Menunjukkan bahwa Anda memahami apa yang orang lain rasakan.</li> <li>3. Meminta orang lain untuk menjelaskan hal yang Anda tidak mengerti</li> <li>4. Menunjukkan bahwa Anda mengerti mengapa lawan bicara merasa marah.</li> <li>5. Kalau bisa, ungkapkan pikiran dan perasaan kita tentang situasi tersebut.</li> </ol>
5.	Menghindari perkelahian	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diam dan pikirkan mengapa Anda ingin berkelahi.</li> <li>2. Memutuskan apa yang Anda inginkan dalam jangka panjang.</li> <li>3. Memikirkan cara-cara lain untuk menangani situasi selain perkelahian.</li> <li>4. Menentukan cara terbaik untuk menangani situasi dan melakukannya.</li> </ol>
6.	Membantu orang lain	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menentukan apakah orang lain membutuhkan dan menginginkan bantuan Anda.</li> <li>2. Memikirkan cara-cara untuk bisa membantu.</li> <li>3. Menanyakan orang lain apakah dia membutuhkan dan menginginkan bantuan Anda.</li> <li>4. Membantu orang lain.</li> </ol>
7.	Berurusan dengan tuduhan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memikirkan tentang apa yang dituduh orang lain kepada Anda.</li> </ol>

dilanjutkan ke halaman berikutnya...

... lanjutkan tabel halaman sebelumnya

		2. Memikirkan mengapa orang tersebut menuduh Anda.
		3. Memikirkan cara untuk menjawab tuduhan orang tersebut.
		4. Memilih jalan terbaik dan lakukanlah
8.	Berurusan dengan tekanan kelompok	1. Memikirkan tentang apa yang harus dilakukan oleh orang lain dan mengapa.
		2. Memutuskan apa yang ingin Anda lakukan.
		3. Memutuskan bagaimana cara memberi tahu orang lain apa yang ingin Anda lakukan.
		4. Memberi tahu kelompok tentang apa yang Anda putuskan.
9.	Mengekspresikan kasih sayang	1. Memutuskan apakah Anda memiliki perasaan yang baik tentang orang lain.
		2. Memutuskan apakah orang lain ingin tahu tentang perasaan Anda.
		3. Memutuskan bagaimana cara terbaik untuk mengekspresikan perasaan Anda.
		4. Memilih waktu dan tempat yang tepat untuk mengekspresikan perasaan Anda.
		5. Nyatakan kasih sayang dengan cara yang hangat dan penuh perhatian.
10.	Menanggapi kegagalan	1. Memutuskan apakah Anda gagal
		2. Memikirkan alasan yang menyebabkan Anda gagal.
		3. Memutuskan bagaimana dapat melakukan sesuatu secara berbeda jika ingin mencoba lagi
		4. Memutuskan apakah ingin mencoba lagi.
		5. Jika benar, coba lagi, menggunakan cara yang lebih baik lagi

## 2.2.4. *Motivational interviewing (MI)*

### 2.2.4.1. Pengertian *Motivational interviewing (MI)*

Konseling adalah profesi khusus yang telah berkembang melalui berbagai cara sejak awal abad ke-20. Konseling sebagai profesi bantuaan adalah konsep yang melandasi peran dan fungsi konselor di masyarakat dewasa ini. (Wibowo, 2018: 73). Selain itu, Wibowo (2019: 108) juga mengemukakan bahwa:

“konseling merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman diri, pemahaman lingkungan, pertumbuhan dan perkembangan diri secara sehat, perencanaan masa depan, serta pengatasan masalah.”

Salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat adalah melalui proses konseling yang dilakukan oleh konselor terlatih dan profesional dalam menggunakan teknik-teknik dan pendekatan khusus secara sistematis untuk membantu orang lain berhubungan secara realistis dan sukses dengan tugas-tugas perkembangan sesuai dengan usianya, dan menimbulkan kesadaran penuh tentang pribadinya. Salah satu pendekatan dalam konseling yang dapat digunakan konselor adalah *Motivational interviewing*.

*Motivational interviewing* memiliki berbagai kesamaan dengan terapi yang berpusat pada orang (atau humanistik). Teori dan bentuk terapi psikologis ini diciptakan oleh Carl Rogers pada 1950-an dan 1960-an sebagai alternatif dari pandangan psikoanalitik dan behavioris. Pemikiran yang berpusat pada orang didasarkan pada gagasan bahwa orang memiliki kebaikan dan nilai bawaan dalam diri mereka. Tetapi, *motivational interviewing* memiliki perbedaan dengan terapi berpusat pada pribadi.

Setiap individu membutuhkan sebuah dorongan berupa motivasi untuk membuat mereka melakukan suatu tindakan yang dapat menguntungkan dan bermanfaat untuk dirinya. *Motivational interviewing* adalah suatu pendekatan humanistik, berpusat pada konseli, psikososial, serta pendekatan konseling direktif yang dikembangkan oleh William R. Miller dan Stephen Rollnick di awal 1980-an (Corey, 2013: 191)

Rollnick & Miller, (2013: 78) mendefinisikan pengertian

*motivational interviewing* yaitu:

“*motivational interviewing* telah didefinisikan sebagai pendekatan direktif dan gaya konseling humanistik untuk memunculkan perubahan perilaku dengan membantu konseli untuk mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi atau keraguan. *Motivational interviewing* merupakan suatu pendekatan dalam konseling.”

Oleh karena itu, hal-hal secara teknis yang telah menjadi bagian sekunder dari suasana percakapan yang membangun tentang perubahan perilaku, dimana seorang konselor menggunakan keterampilan empati untuk dapat memahami perspektif seorang konseli serta untuk meminimalkan perlawanan dari konseli. Berdasarkan kolaborasi yang saling menghormati ini, perlu menggunakan strategi dan teknik untuk mengeksplorasi nilai-nilai dan tujuan-tujuan seorang konseli dan hubungannya dengan masalah kecanduan atau adiksi, serta untuk mendapatkan motivasi untuk berubah pada konseli.

*Motivational interviewing* meskipun didasarkan pada prinsip-prinsip humanistik, memiliki beberapa kesamaan dengan terapi berpusat pada konseli, dan memperluas pendekatan berpusat pada konseli yang tradisional, namun juga keduanya memiliki perbedaan baik dalam aspek fokus, bentuk penyampaian, durasi, arah, kesenjangan, dasar pembuktian, eklektisme, teori, maupun aspek linguistiknya. Adapun perbedaan antara *Person Centered* dengan *motivational interviewing* menurut Miller (2013) diuraikan dalam tabel berikut:

**Tabel 2.2**  
**Perbedaan *Motivational interviewing* dan *Person Centered***

No.	Aspek	<i>Motivational interviewing</i>	<i>Person Centered</i>
1.	Fokus	Fokusnya lebih sempit dalam memfasilitasi perubahan yang berkaitan dengan tujuan atau masalah tertentu	Fokusnya lebih luas untuk memfasilitasi kesejahteraan umum dan perkembangan pribadi.
2.	Bentuk Penyampaian	Penyampaian sering dilakukan dengan individual dalam konteks konseling, walaupun sebenarnya melalui kelompok juga dapat dilakukan dalam pendekatan ini. (Wagner & Ingersoll, 2013)	Penyampaian sering dilakukan dalam format kelompok dalam konteks perkembangan pribadi, meskipun juga sering dilakukan sebagai konseling individual. (Wagner & Ingersoll, 2013)
3.	Durasi	Biasanya singkat, walaupun perlu dilakukan treatment tambahan.	Biasanya dalam beberapa sesi sampai dilakukan selama berminggu-minggu atau berbulan-bulan.
4.	Arah	Diarahkan pada satu atau lebih tujuan perubahan yang teridentifikasi.	Secara historis non direktif; walaupun mungkin ada tujuan eksplisit atau implisit.
5.	Kesenjangan	Berusaha menyelesaikan ambivalensi atau keraguan ke arah tujuan perubahan.	Berusaha mengatasi ketidaksesuaian yang terjadi ke arah diri yang lebih nyata.
6.	Dasar Pembuktian	Fokus penelitiannya kuat dengan banyak dilakukan uji coba sejak tahun 1990.	Tradisi riset psikoterapi asli; hasil penelitian yang relatif sedikit sejak tahun 1990.
7.	Eklektisme	Sering dikombinasikan dengan bentuk treatment lainnya.	Biasanya dilaksanakan sebagai treatment tunggal.
8.	Teori	Teori ini khusus untuk proses MI dan tidak ada teori yang secara komprehensif membahas tentang kepribadian, kesejahteraan, atau psikoterapi;	Teori ini berakar pada teori Rogers tentang kesejahteraan, kepribadian, dan psikoterapi.
9.	Linguistik	Fokus khusus pada bentuk cara berbicara konseli (seperti perubahan bicara, mempertahankan pembicaraan dan perselisihan).	Perhatian dan respons empati tidak bergantung pada cara berbicara konseli.

Naar-King & Suarez (2011: 5) menjelaskan bahwa *motivational interviewing* merupakan:

“suatu pendekatan konseling dengan metode yang lembut dan penuh hormat untuk mengkomunikasikan dengan orang lain tentang berbagai kesulitan yang terkait perubahan dan kemungkinan untuk terlibat dalam perilaku berbeda yang lebih sehat yang sejalan dengan tujuan dan nilai-nilainya sendiri untuk memaksimalkan potensi manusia.”

Dalam *motivational interviewing*, hubungan terapeutik sangat penting dalam mencapai hasil yang sukses sebagai model teoritis tertentu (Miller & Rollnick, 2013: 79). *Motivational interviewing* didasarkan pada prinsip bahwa individu memiliki kapasitas dalam diri mereka untuk membangkitkan sebuah motivasi intrinsik untuk berubah. Tanggung jawab untuk perubahan terletak pada seorang konseli, bukan pada konselor, serta konselor menyampaikan rasa empati, harapan positif, dan optimisme kepada konseli bahwa perubahan positif adalah hal yang sangat diperlukan, sehingga konseli percaya bahwa mereka memiliki kapasitas untuk berubah ke arah yang lebih baik.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *motivational interviewing* adalah upaya seorang konselor sebagai pribadi untuk membantu seorang konseli melalui hubungan terapeutik konseling yang berfokus dalam menumbuhkan motivasi instrinsik konseli untuk melakukan sebuah perubahan dari kesulitannya dimasa sekarang untuk merencanakan perbaikan positif di masa depan dengan mencakup komponen kolaborasi, evokasi, dan otonomi.

#### 2.2.4.2. Tujuan *Motivational interviewing* (MI)

Setiap pelaksanaan konseling dengan menggunakan pendekatan tertentu pasti mempunyai tujuan tersendiri yang ingin dicapai. Tujuan utama dari *motivational interviewing* adalah untuk melibatkan konseli, berbicara ke arah perubahan positif, dan membangkitkan motivasi konseli untuk membuat perubahan positif tersebut.

Arkowitz dan Miller (dalam Corey, 2013: 191) mengungkapkan tujuan utama *motivational interviewing* adalah “untuk meningkatkan motivasi internal untuk berubah berdasarkan tujuan individu dan nilai-nilai dari konseli”. Sejalan dengan pendapat tersebut, Miller & Rollnick (2013) juga menjelaskan bahwa *motivational interviewing* bertujuan untuk meningkatkan motivasi intrinsik yang merupakan potensi yang ada pada diri seorang konseli.

Seligman (2011: 32) menyatakan bahwa *motivational interviewing* dalam pelaksanaannya menggunakan refleksi, pertanyaan terbuka, dan strategi lain untuk membantu menguraikan hambatan untuk kemajuan, membantu orang mengenali dan mengekspresikan kepribadian konseli serta membuat perubahan positif.

Berdasarkan beberapa tujuan dari para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari pelaksanaan *motivational interviewing* adalah untuk menumbuhkan motivasi instrinsik pada konseli yang menjadi potensi dalam dirinya sehingga konselor secara langsung/direktif mengarahkan konseli untuk meningkatkan motivasi intrinsik tersebut.



#### 2.2.4.3. Komponen *Motivational interviewing* (MI)

Miller & Rollnick (2013) mengidentifikasi bahwa terdapat 3 komponen *motivational interviewing*, yaitu:

1. *Collaboration*, yaitu konseling yang melibatkan seorang konselor profesional dan konseli secara bersama-sama mengeksplorasi motivasi konseli. Konselor diharapkan lebih menekankan untuk memberikan suasana yang kondusif dan nyaman daripada memaksakan untuk mengubah perilaku konseli.
2. *Evocation*, yaitu melibatkan seorang konselor profesional yang memperpanjang motivasi konseli. Konselor berupaya untuk membangkitkan motivasi dalam diri konseli karena pendekatan ini beranggapan bahwa sumber daya dan motivasi untuk perubahan berasal dari dalam diri konseli yang disebut motivasi intrinsik untuk perubahan yang dapat ditingkatkan berdasarkan pada tujuan, persepsi, dan nilai-nilai pada konseli sendiri
3. *Autonomy*, yaitu konselor meletakkan tanggung jawab untuk berubah pada konseli dengan menghormati hak dan kehendak bebas pada konseli tersebut. Konselor bertugas untuk menegaskan kapasitas konseli untuk mengarahkan dirinya sendiri dan memfasilitasi pilihan informasi perubahan positif.

#### 2.2.4.4. Prinsip-prinsip *Motivational interviewing* (MI)

*Motivational interviewing* didukung oleh serangkaian prinsip yang menekankan hubungan konseling kolaboratif dengan menghormati

otonomi konseli dan sumber motivasi intrinsik konseli untuk perubahan ditimbulkan oleh konselor. Dalam MI, konselor dipandang sebagai seorang fasilitator, bukan seorang ahli yang mengadopsi pendekatan nonkonfrontasional untuk memandu konseli menuju perubahan. Miller & Rollnick (2013) menjelaskan bahwa terdapat 4 prinsip dalam *motivational interviewing*, yaitu mengekspresikan empati, mengembangkan diskrepansi, menerima resistensi, dan mendukung efikasi diri.

1. Mengekspresikan empati adalah konselor berusaha untuk menunjukkan sikap penerimaan tanpa syarat dan menggunakan keterampilan mendengarkan aktif dan reflektif untuk memastikan bahwa konseli merasa dipahami dan juga dapat memahami perilaku dan perasaan konseli tersebut.
2. Mengembangkan diskrepsi, yaitu seorang konselor membantu konseli secara terampil untuk memverbalisasi beragam pikiran, perasaan, dan konflik yang terjadi pada konseli sehingga konseli dapat mendeskripsikan tentang cara hidupnya saat ini dan cara yang sebenarnya mereka inginkan untuk menjalani hidup yang lebih baik.
3. Menerima resistensi yaitu konselor perlu menerima resistensi pada konseli dan mengakui bahwa hal tersebut sebagai salah satu bagian penting dan lazim yang dialami dalam perubahan positif.
4. Mendukung efikasi diri dapat dilakukan dengan upaya konselor memberikan kesempatan konseli untuk menceritakan dan mengatasi berbagai kendala, serta upaya mereka dalam mencapai kesuksesan di

masa lalu, kemudian didorong untuk berkomitmen melakukan perubahan dengan menggunakan *change talk* sehingga dapat menjadi indikator bahwa konseli siap untuk menetapkan tujuan dan rencana tindakan.

Corey (2013) juga menjelaskan ada 5 prinsip dari *motivational interviewing*, yaitu: 1) konselor mempraktekkan *motivational interviewing* berusaha untuk merasakan dunia dari perspektif konseli tanpa penilaian atau kritik; 2) *motivational interviewing* dirancang untuk membangkitkan dan mengeksplorasi perbedaan dan ambivalensi/keraguan; 3) keengganan untuk berubah atau resistensi dipandang sebagai bagian normal dan diharapkan dari proses konseling; 4) konselor beroperasi dari orientasi *motivational interviewing* dengan mendukung konseli terutama dengan mendorong mereka sendiri untuk mengambil tindakan yang diperlukan; dan 5) konseli menunjukkan indikasi kesiapan untuk melakukan perubahan.

#### 2.2.4.5. Proses *Motivational interviewing* (MI)

Terdapat empat proses yang saling terkait dari pendekatan *motivational interviewing*, yaitu: terlibat, fokus, bangkit, dan rencana. Keempat proses ini saling berurutan dan rekursif, serta sering digambarkan dalam diagram sebagai langkah-langkah pelaksanaan *motivational interviewing*. Jika diuraikan, maka proses *motivational interviewing* menurut Miller & Rollnick (2013) adalah sebagai berikut:

1. Terlibat: proses membangun hubungan kerja berdasarkan kepercayaan dan rasa hormat. Konseli harus melakukan sebagian besar pembicaraan, karena konselor menggunakan keterampilan mendengarkan reflektif di seluruh proses. Baik konseli dan konselor membuat kesepakatan tentang tujuan perawatan dan berkolaborasi dengan tugas yang akan membantu konseli mencapai tujuan tersebut.
2. Fokus: proses berkelanjutan mencari dan mempertahankan arah.
3. Bangkit: memunculkan motivasi konseli sendiri untuk berubah, sambil membangkitkan harapan dan keyakinan.
4. Perencanaan: melibatkan konseli membuat komitmen untuk berubah, dan bersama dengan konselor, mengembangkan rencana tindakan spesifik.

#### 2.2.4.6. Keterampilan Dasar *Motivational interviewing* (MI)

Keterampilan erat kaitannya dengan prinsip yang merupakan konsep yang perlu dipahami oleh konselor, dan keterampilan merupakan cara yang digunakan konselor untuk mengaplikasikan prinsip. Miller dan Rollnick (2013) menjelaskan secara lebih mendalam tentang keterampilan dasar *motivational interviewing*, yaitu *open-ended questions*, *affirmations*, *reflective listening*, dan *summaries* (OARS). Penjelasanannya adalah sebagai berikut:

1. *Open-ended questions* adalah salah satu kunci untuk mendorong konseli untuk melakukan banyak berbicara adalah dengan mengajukan pertanyaan terbuka. *Open-ended questions* berarti konseli harus

melakukan banyak pembicaraan dan konselor mendengarkan dengan hati-hati, mendorong ekspresi serta konselor terbatu untuk melihat pola-pola yang ada dalam pikiran, perasaan dan perilaku konseli.

2. *Affirmation* adalah secara langsung menegaskan dan mendukung konseli selama proses konseling merupakan cara lain untuk membangun hubungan dan memperkuat eksplorasi terbuka. Keterampilan ini dapat dilakukan dalam bentuk pujian atau pernyataan apresiasi dan pemahaman.
3. *Reflecting Skills* yaitu salah satu keterampilan yang paling penting dan paling menantang dalam *motivational interviewing*. Keterampilan merefleksikan digunakan untuk mengaplikasikan prinsip-prinsip *motivational interviewing*, yang pada intinya yaitu konseli menyampaikan simpati, mengungkapkan perasaan-perasaan yang mendasari dan makna pernyataan-pernyataan sehingga memungkinkan konselor untuk mengikuti jalannya pembicaraan serta menyoroti informasi penting yang pada saat itu mungkin tidak disadari penting oleh konseli.
4. *Summaries* digunakan untuk meninjau dan mengonfirmasi pembicaraan dengan konseli untuk memfasilitasi kemajuan serta diperlukan juga untuk memasukkan perasaan dan sikap konseli tentang perubahan yang disebut *change talk*, sebuah langkah yang dibutuhkan sebelum menetapkan tujuan.

Rosengren (2017: 31) juga menjelaskan bahwa keterampilan dasar dalam konseling *motivational interviewing* diantaranya adalah *open-ended questions, affirmations, reflective listening, dan summaries*. Menurutnya, baik buruknya proses konseling yang dilakukan oleh konselor dipengaruhi oleh pemahamannya konselor terhadap keterampilan dasar dari *motivational interviewing*.

#### 2.2.4.7. Tahapan Perubahan dalam *Motivational interviewing*

Konselor *motivational interviewing* menyediakan kondisi untuk memotivasi dan memberikan perubahan dan memfasilitasi perubahan kepada konseli dengan berkomunikasi menggunakan sikap empati yang akurat dan penerimaan positif tanpa syarat. Corey (2013: 193) menyebutkan bahwa terdapat lima tahapan perubahan dalam proses konseling *motivational interviewing*. Lima tahapan tersebut yaitu tahap *precontemplation*, tahap *contemplation*, *determinan*, *action*, dan *maintenance*. Adapun penjelasannya dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Tahap *Precontemplation*, merupakan tahap dimana konseli belum terlihat ada kebutuhan untuk berubah ke arah yang lebih baik.
2. Tahap *Contemplation*, merupakan tahap dimana konseli mengalami ambivalen/keraguan, namun mereka juga bersedia untuk mempertimbangkan positif dan negatif dari perubahan yang diinginkan.
3. Tahap *Determinan*, merupakan tahapan dimana konseli mengakui bahwa mereka membutuhkan perubahan, tetapi belum memiliki komitmen untuk melakukan perubahan tersebut.

4. Tahap *Action*, merupakan tahap seorang konseli berkomitmen untuk berubah dan secara aktif berusaha untuk mencapai tujuan dari perubahan yang telah disepakati.
5. Tahap *Maintenance*, yaitu tahapan konseli mulai mengintegrasikan perubahan dalam cara baru untuk menjalani hidup dengan lebih baik.

Berdasarkan uraian penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *motivational interviewing* adalah upaya konselor sebagai pribadi yang otentik dalam membantu seorang konseli melalui hubungan terapeutik yang berfokus menumbuhkan motivasi instrinsik konseli untuk melakukan perubahan dari kesulitannya di masa sekarang untuk merencanakan perbaikan di masa depan dengan mencakup kolaborasi, evokasi, dan otonomi sebagai komponennya serta dilakukan dengan lima tahapan, yaitu; *precontemplation*, tahap *contemplation*, *determinan*, *action*, dan *maintenance*.

### **2.3. Kerangka Berpikir**

#### **2.3.1. Efektifitas *Aggression replacement training (ART)* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online***

*Aggression replacement training (ART)* merupakan suatu program intervensi untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan sosial dan moral mereka, mengelola kemarahan dengan lebih baik, dan mengurangi perilaku agresif. Sesuai dengan penelitian Murtadho (2014) yang menyatakan bahwa salah satu hal yang dapat diupayakan untuk mereduksi agresivitas adalah menggunakan ART. ART yang bernuansa budaya dan Agama Islam

efektif untuk mereduksi tingkat agresivitas siswa yang tinggi di Madrasah Aliyah. Selain itu, Amendola & Robert (2010) dalam artikelnya juga menyatakan bahwa selama lebih dari 20 tahun, ART berhasil mengatasi perilaku agresi dan menghasilkan perilaku positif. Oleh karena itu penulis ingin mengetahui keefektifan ART untuk mereduksi agresivitas pada siswa yang mengalami adiksi *game online*

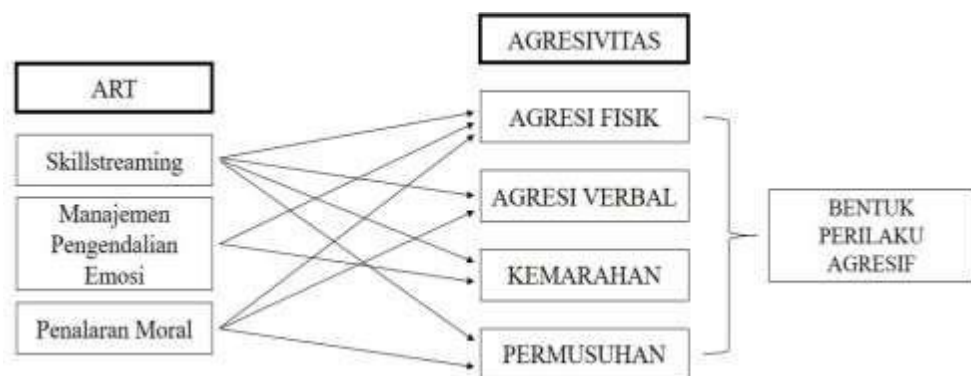
Terdapat tiga komponen ART yang efektif untuk mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*, yaitu *skillstreaming*, manajemen pengendalian amarah, dan penalaran moral. *Skillstreaming* adalah pengajaran keterampilan yang berfungsi untuk menggantikan perilaku destruktif yang tidak terkendali dengan perilaku prososial yang konstruktif. Proses pengajaran *skillstreaming* adalah dengan mengimplementasikan berbagai keterampilan dengan pemodelan, seperti menjalankan peran, menyediakan beberapa kesempatan yang dipandu untuk mempraktikkan dan melatih perilaku interpersonal yang kompeten; memberikan umpan balik, memberikan pujian, dan pelatihan transfer, atau mendorong remaja untuk terlibat dalam serangkaian kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan peluang bahwa keterampilan yang dipelajari akan efektif dalam mereduksi perilaku agresif mereka.

Kedua adalah manajemen pengendalian amarah. ART menggunakan teknik manajemen kemarahan standar untuk meningkatkan kesadaran diri seseorang tentang tanda-tanda kemarahan internal, strategi manajemen koping, pelatihan keterampilan, instruksi diri, dan pemecahan masalah sosial.



Yang terakhir adalah penalaran moral yang dapat mengatasi masalah yang berkaitan dengan keterlambatan dalam penalaran moral dan bias egosentris yang terkait dengan siswa, yang dalam hal ini adalah penalaran moral bagi siswa yang agresif karena adiksi *game online*.

Ketiga komponen tersebut di atas harus diterapkan secara sejajar sesuai dengan panduannya, tidak boleh dipisah sendiri-sendiri. Dengan diterapkannya ketiga komponen dari ART ini, maka agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dapat direduksi dan hasilnya akan sangat efektif.



**Gambar 2.1. Efektifitas *Aggression replacement training* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online***

### **2.3.2. Efektifitas *Konseling Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online***

*Motivational interviewing* merupakan salah satu pendekatan konseling yang ditujukan untuk mendorong individu mengeksplorasi, dan menemukan alasan dalam diri seseorang yang sebelumnya belum pernah dipikirkan untuk mengubah perilakunya. Dalam hal ini, seorang konselor

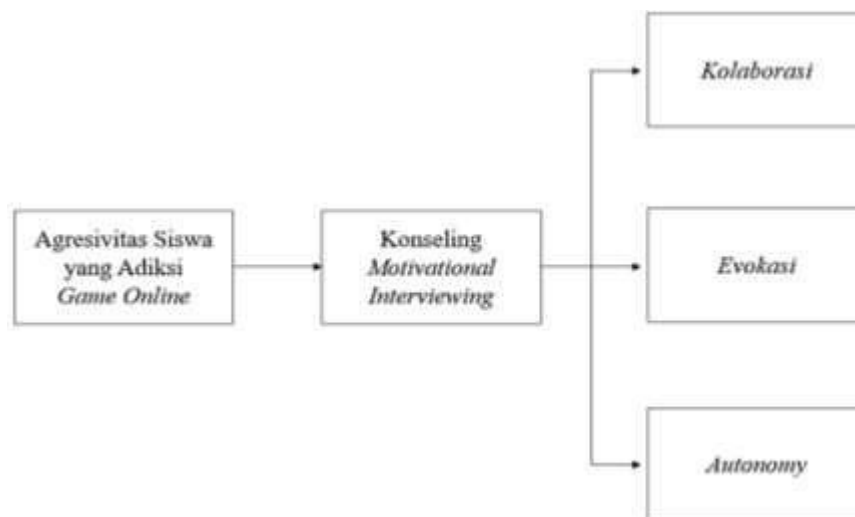
sebagai guru bimbingan konseling harus dapat membantu siswa yang mengalami agresivitas karena adiksi *game online* untuk dapat menemukan alasan mereka untuk berubah ke arah yang lebih positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Prigrove (1991) menunjukkan bahwa pendekatan *motivational interviewing* cocok untuk diterapkan dengan pelaku agresif yang secara karakteristik ambivalen dalam manajemen agresi dari dampak adiksi *game online*. Selain itu, Michaud, Martin, Stein, Bassett, Lebeau, & Golembeske (2016) juga menyatakan dalam hasil penelitian mereka bahwa pendekatan *motivational interviewing* sangat cocok dan lebih baik untuk diterapkan dalam upaya mereduksi perilaku agresif. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui keefektifan dari konseling *motivational interviewing* untuk mereduksi agresivitas pada siswa yang mengalami adiksi *game online*.

Agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dapat direduksi dengan menggunakan tiga komponen konseling *motivational interviewing*, yaitu: *collaboration*, yaitu konselor dan konseli secara bersama-sama mengeksplorasi motivasi konseli dengan lebih menekankan untuk memberikan suasana yang kondusif daripada memaksakan untuk mengubah perilaku agresif siswa. Komponen kedua adalah *evocation*, yaitu konselor berusaha memperpanjang motivasi konseli dengan membangkitkan motivasi intrinsik konseli. Selanjutnya adalah *autonomy*, yaitu konselor meletakkan tanggung jawab untuk berubah pada konseli dengan menghormati kehendak bebas pada konseli. Konselor menegaskan kapasitas konseli untuk

mengarahkan dirinya sendiri dan memfasilitasi pilihan informasi tentang cara-cara mereduksi perilaku agresif mereka karena adiksi *game online*.

Konseling *motivational interviewing* ini dapat digunakan untuk mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* karena pada dasarnya setiap individu membutuhkan dorongan berupa motivasi untuk membuatnya melakukan suatu tindakan yang dimungkinkan dapat menguntungkan untuk dirinya. Dan dengan penerapan ketiga komponen konseling *motivational interviewing* di atas, agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* dapat tereduksi dengan efektif.



**Gambar 2.2 Kerangka Berpikir *Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online***

### **2.3.3. Perbedaan Efektifitas *Aggression replacement training (ART)* dan *Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online***

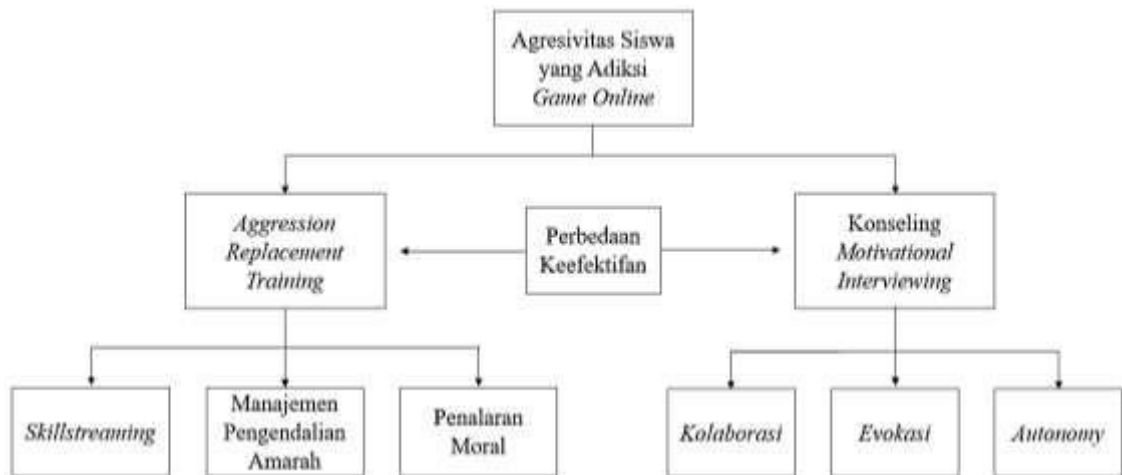
Perilaku adiksi *game online* merupakan tingkah laku yang bergantung atau keadaan terikat yang sangat kuat secara fisik maupun psikologis dalam

bermain *game* secara *online*, dan ada rasa yang tidak menyenangkan apabila hal tersebut tidak bisa terpenuhi. Dalam hal ini, seseorang terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan tidak bisa lepas untuk bermain *game online*, sehingga terjadi peningkatan frekuensi dari waktu ke waktu tanpa memperdulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang timbul dalam dirinya.

Konsekuensi-konsekuensi negatif yang ditimbulkan akibat dari dampak bermain *game online* yang berlebihan adalah dapat meningkatkan agresivitas siswa. Agresivitas atau perilaku agresif merupakan perilaku yang dilakukan oleh seseorang yang dapat merugikan ataupun menyakiti diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Kriteria dari agresivitas dapat berupa agresi fisik, agresi verbal, kekerasan, maupun permusuhan. Untuk menghindari meningkatnya frekuensi dari agresivitas ini, maka perlu dilakukan suatu intervensi yang efektif untuk mereduksi agresivitas pada siswa yang disebabkan oleh adiksi *game online* tersebut.

Intervensi yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan perlakuan kepada siswa yang mengalami agresi dari bermain *game online* tersebut adalah dengan melakukan *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing*. Pemberian layanan bantuan yang dilakukan menggunakan *Aggression replacement training* dan konseling *Motivational interviewing* melalui pemberian perlakuan secara berjangka akan dapat mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*. Tetapi dalam hal ini peneliti ingin melihat apakah terdapat perbedaan dari kedua perlakuan yang akan diberikan, yaitu *Aggression replacement*

*training* dan konseling *Motivational interviewing*, dan melihat perlakuan mana yang lebih efektif diantara kedua pendekatan tersebut.



**Gambar 3.3 Kerangka Berpikir Perbedaan Efektifitas *Aggression Replacement Training* dan *Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online***

#### 2.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. *Aggression replacement training* (ART) efektif dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*.
2. Konseling *Motivational interviewing* efektif dalam mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*.
3. Ada perbedaan keefektifan antara *Aggression replacement training* (ART) dan *Motivational interviewing* untuk mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online*.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Keefektifan *Aggression replacement training (ART)* dan *Konseling Motivational interviewing* untuk Mereduksi agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* pada Siswa Kelas XI SMA N 1 Toboali” dapat disimpulkan bahwa :

1. Kondisi Agresivitas pada siswa adiksi *game online* di SMA Negeri 1 Toboali dalam kategori tinggi. Selain itu juga diketahui bahwa siswa yang mengalami agresivitas di kelas XI SMA N 1 Toboali ini disebabkan oleh adiksi *game online*.
2. *Aggression replacement training* menunjukkan hasil keefektifan yang tinggi untuk menurunkan agresivitas pada siswa adiksi *game online* di SMA Negeri 1 Toboali. Karena terdapat perubahan perilaku agresif dari kategori tinggi menjadi kategori sedang sejak pemberian T1 sampai T4.
3. *Konseling motivational interviewing* menunjukkan hasil keefektifan yang tinggi untuk menurunkan agresivitas pada siswa adiksi *game online* di SMA Negeri 1 Toboali. Karena terdapat perubahan perilaku agresif dari kategori tinggi menjadi kategori rendah sejak pemberian T1 sampai T4.

4. Konseling dengan pendekatan *motivational interviewing* lebih efektif dalam menurunkan agresivitas pada siswa dengan kecenderungan *game online* daripada *aggression replacement training*.
5. Terdapat hasil interaksi antara kelompok agresivitas ART dengan kelompok konseling MI.

## 5.2. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian di atas, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

### 5.2.1. Bagi Guru *Bimbingan konseling*

- a. Hendaknya dapat mengikuti pelatihan resmi pada pendekatan *Aggression replacement training (ART)* sebagai bekal pengetahuan dan keterampilan tambahan untuk usaha preventif maupun kuratif pada siswa yang cenderung menunjukkan perilaku agresif.
- b. Hendaknya lebih sering memantau dan melakukan berbagai tes untuk mengetahui permasalahan yang dialami pada masing-masing siswa.
- c. Hendaknya memberikan berbagai layanan *bimbingan konseling* yang menyeluruh secara intens kepada seluruh siswa, terutama terkait dengan penggunaan *handphone* yang berkaitan dengan *game online* untuk mereduksi dan mengurangi intensitas bermain *game online* baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah dan bermain anak.

### 5.2.2. Bagi Kepala Sekolah

- a. Hendaknya membuat suatu peraturan di lingkungan sekolah yang perlu dikomunikasikan dengan semua dewan guru terkait dengan

penggunaan *handphone* di lingkungan sekolah. Hal ini sebagai upaya pencegahan bagi seluruh siswa supaya tidak terjadi adiksi di lingkungan sekolah.

### 5.2.3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Melakukan penelitian dengan menggunakan desain penelitian eksperimen dan membuat kelompok kontrol supaya tidak terjadi ancaman *historical* pada validitas internal.
- b. Memperluas subjek dalam penelitian dengan cakupan wilayah penelitian yang lebih luas sehingga hasil dari penelitian juga dapat digeneralisasi pada wilayah yang luas, tidak hanya pada satu sekolah saja.
- c. Hendaknya dapat menambahkan instrument penelitian yang akan digunakan, seperti pedoman observasi untuk lebih bisa memantau hasil *follow up* pada siswa.
- d. Berdasarkan hasil temuan peneliti di lapangan, ternyata terdapat salah satu siswa yang ternyata juga memiliki nilai akademik yang tinggi, serta sering mewakili sekolah untuk mengikuti lomba cerdas cermat di sekolah. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai siswa tersebut.
- e. Berdasarkan beberapa hasil evaluasi setiap sesi intervensi, banyak ditemukan variable di luar konteks pembahasan dalam penelitian ini, dimana konseli lebih sering mengisi lembar evaluasi dengan beberapa keterampilan religius seperti bersabar dan istighfar. Oleh karena itu



perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mereduksi agresivitas pada siswa dengan menggunakan pendekatan konseling religius.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achterbosch, L., Pierce, R., & Simmons, G. (2008). Massively Multiplayer Online Role-Playing *Games*: The Past, Present, and Future. *ACM Computer Entertainment*, 5(4). doi:10.1145/1324198.1324207
- Aggression replacement training*. (n.d.). Retrieved from <http://uscart.org/new/>
- Amanda, Rika Agustina. (2016). Pengaruh *Game online* terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja di Samarinda. *eJournal Ilmu Komunikasi*, 4(3), 290-304. Retrieved from [ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=2601](http://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=2601).
- Amendola, Mark & Robert Oliver. (2010). *Aggression replacement training* Stands the Test of Time. *Reclaiming Journal*, 19(2), 47-50. ISSN:ISSN-1089-5701
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of Violent Video *Games* on Aggressive Behavior, Aggressive Cognition, Aggressive Affect, Physiological Arousal, and Prosocial Behavior: A meta-analytic review of the Scientific Literature. *Psychological Science*, 12, 353–359. doi:10.1111/1467-9280.00366
- Apodaca, T. R., & Longabaugh, R. (2009). Mechanisms of Change in *Motivational interviewing*: A Review and Preliminary Evaluation of the Evidence. *Addiction*, 104, 705–715. doi: 10.1111/j.1360-0443.2009.02527.x
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beaton, Dorcas E., Claire B., Francis G. & Marcos B.F. (2000). Guidelines for the Process of Cross-Cultural Adaptation of Self-Report Measures. *SPINE Lippincott Williams & Wilkins Inc.*, 25(24), 3186–3191. Doi:10.1.1.618.1464
- Blake, C. S., & Hamrin, V. (2007). Current Approaches to the Assessment and Management of Anger and Aggression in Youth: A Review. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 20(4), 209–221. doi:10.1111/j.1744-6171.2007.00102.x
- Brannstrom, L., Kaunitz, C., Andershed, A-K., South, S. & Smedslund, G. (2016). *Aggression replacement training* (ART) for reducing antisocial behaviour in adolescents and adults: A systematic review. *Aggression and Violent Behaviour*, 27, 30-41. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.02.006>

- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>.
- Caldwell, Charmaine D. & Teddi J. Cunningham. (2010). Internet Addiction and Students: Implications for School Counselors. *VISTAS*. Retrieved from [http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article\\_61.pdf](http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_61.pdf)
- Chapin, J. P. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Chen, C. Y. & Chang, S. L (2008). An Exploration of Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Feature. *Asian journal of Health and Information Sciences*, 3(1-4), 38-51. doi:10.6412/AJHIS.200812.0038
- Cooper, A. (2000). Seks maya: The Dark Side of the Force: A Special Issue. *Journal Sexual Addiction & Compulsivity*. Philadelphia: G.H. Buchanan.
- Corey, Gerald. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Creswell, John. (2015). *Riset Pendidikan Perencanaan Pelaksanaan dan Evaluasi Riset Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cunningham, R.M., Stephen T.C., Marc A.Z., Jean T.S., Raymond B., Frederic C.B., & Maureen A.W. (2012). Brief *Motivational interviewing* Intervention for Peer Violence and Alcohol Use in Teens: One-Year Follow-up. *Pediatrics*, 129(6), 1083-1090. doi:10.1542/peds.2011-3419
- Damayanti, R. & Tri Aeni. (2016). Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modelling untuk Mengatasi Perilaku Agresif Peserta Didik SMP Negeri 07 Bandar Lampung. *Konseli: Jurnal Bimbingan konseling*, 03(1), 1-10. Retrieved from <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli>
- Djumhur, I. Dan Moh. Surya. (2008). *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: Rineka Cipta.
- Edmonds, W.A., & Kennedy, T.D. (2013). *An Applied Reference Guide to Research Designs : Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods*. California: SAGE Publications.
- E.J. Kim, K. Namkoong, T. Ku, & S. J. Kim. (2008). The Relationship Between Online Game Addiction and Aggression, Self-Control and Narcissistic Personality Traits. *European Psychiatry*, 23(3), 212-218. doi:10.1016/j.eurpsy.2007.10.010.

- Fatima, Shireen & M Phil, Scholar. (2015). Causes of Student's Aggressive Behavior at Secondary School Level. *Journal of Literature, Languages and Linguistics*, 11, 2422-8435. ISSN 2422-8435.
- Fauziah, Eka Rusnani. (2013). Pengaruh *Game online* terhadap Perubahan Perilaku Anak SMP Negeri 1 Samboja. *eJournal Ilmu Komunikasi*, 1(3), 1-16. Retrieved from [ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=837](http://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=837).
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS 3rd Edition*. London: Sage Publications.
- Fortuna, F. & Taganing, N. M. (2008). Authoritarian Parenting Relation with Aggression in Adolescent. *Thesis*. Depok: Universitas Gunadarma.
- Freeman, C. B. (2008). Internet Gaming Addiction. *The Journal for Nurse Practitioners*, 4(1), 42-47. doi:10.1016/j.nurpra.2007.10.006
- Fuggle, P., Dunsmuir, S., & Curry, V. (2013). *CBT with Children, Young People and Families*. London: Sage.
- Gall, M.D., Borg W.R., & Joyce P.G. (2003). *Educational Research: An Introduction*. USA : Pearson Education Inc.
- Gibson, Robert L. & Marianne H Mitchell. (2011). *Bimbingan konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Glick, Barry, & John C. Gibbs. (2011). *Aggression replacement training: A Comprehensive Intervention for Aggressive Youth*. Champaign: Research Press.
- Goldstein, Arnold P., & Barry Glick. (1994). *Aggression replacement training: Curriculum and Evaluation*. *Simulation & Gaming*, 25(1), 9-26. doi:10.1177/1046878194251003
- Goldstein, Arnold P., Rune Nensen, Bengt Daleflod, & Mikael Kalt. (2004). *New Perspective of Aggression replacement training: Practice, Research, and Application*. England: John Wiley & Sons.
- Griffiths MD. (2005). A Components Model of Addiction Within a Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. doi:10.1080/14659890500114359
- Griffiths, M.D. (2011). Behavioural Addiction: The Case for a Biopsychosocial Approach. *Transgressive Culture*, 1(1), 7-28. Retrieved from <http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/22337>

- Grüsser, S. M., Thalemann C., & Griffiths, M. (2007). Excessive Computer *Game* Playing: Evidence for Addiction and Aggression?. *CyberPsychology & Behavior*, *10*, 290–292. doi:10.1089/cpb.2006.9956
- Hauge, M. R., & Gentile, D. A. (2003). Video *Game* Addiction Among Adolescents: Associations with Academic Performance and Aggression. *Paper Society for Research in Child Development Conference*. Retrieved from <https://www.scienceopen.com/document?vid=4d3c1928-bdba-44f4-9d81-8c56dc84fbcd>
- Holipah. (2011). Penggunaan Layanan Konseling Individu untuk Meningkatkan Sikap Moral Siswa Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung. *Jurnal Konseli*, *4*(1). Retrieved from <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/index>
- Hollin, C. R. (2004). *Aggression replacement training: The CognitiveBehavioural Context*. In Goldstein, A. Nensen, R. Daleflod, B & Kalt, M (Eds.), *New Perspectives on Aggression replacement training*. West Sussex: John Wiley and Sons.
- Indahtiningrum, Fitriana. (2013). Hubungan antara Kecanduan Video *Game* dengan Stres pada Mahasiswa Universitas Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, *2*(1). ISSN: 2303-8203.
- Jeong E. J., J. Kim, D. M. Lee & H. R. Lee. (2016). A Study of Digital *Game* Addiction from Aggression, Loneliness and Depression Perspectives. *Hawaii International Conference on System Sciences*, 3769-3780. doi:10.1109/HICSS.2016.470
- Karapetsas, A.V., Vasilios A.K., Nikos X.Z., & Apostolos I.F. (2014). Internet Gaming Addiction: Reasons, Diagnosis, Prevention and Treatment. *Encephalos* *51*, 10-14. Retrieved from <http://www.encephalos.gr/pdf/51-1-02e.pdf>.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The Relationship Between Online *Game* Addiction and Aggression, Self-Control and Narcissistic Personality Traits. *European Psychiatry*, *23*, 212–218. doi: 10.1016/j.eurpsy.2007.10.010
- King, D., Delfabbro, P., Griffiths, M., & Gradisar, M. (2011). Assessing Clinical Trials of Internet Addiction Treatment: a Systematic Review and CONSORT Evaluation. *Clinical Psychology Review*, *31*(7), 1110–1116. doi: 10.1016/j.cpr.2011.06.009
- Knorth, E.J., Klomp, M., Van der Bergh, P. M., & Noom, M. J. (2007). Aggressive Adolescents in Residential Care: A Selective Review of Treatment

Requirements and Models. *Adolescence*, 42(167), 461-485. PMID:18047233

- Ko, C.H., J. Y. Yen, S.C. Liu, C.F. Huang, & C.F. Yen. (2009). The Associations Between Aggressive Behaviours and Internet Addiction and Online Activities in Adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 44, 598-605. doi: 10.1016/j.jadohealth.2008.11.011
- Kowert, R., Festl, R., & Quandt, T. (2014). Unpopular, Overweight, and Socially Inept: Reconsidering the Stereotype of Online Gamers. *CyberPsychology, Behavior and Social Networking*, 17(3), 141-146. doi:10.1089/cyber.2013.0118
- Krahe, Barbara. (2005). *Perilaku Agresif*. Diterjemahkan oleh Helly P.S & Sri M.S). Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Kuss, D. J, Louws J., & Wiers R.W. (2012). Online Gaming Addiction? Motives Predict Addictive Play Behavior in Massively Multiplayer Online Role-Playing Games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(9), 480-485. doi: 10.1089/cyber.2012.0034.
- Kuss, D. J. (2013). Internet Gaming Addiction: Current Perspectives. *Psychology Research and Behavior Management*, 6, 125-137. doi:10.2147/PRBM.S39476
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012b). Online Gaming Addiction in Children and Adolescents: a Review of Empirical Research. *Journal of Behavioral Addictions*, 1(1), 3-22. doi: 10.1556/JBA.1.2012.1.1.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311-328. doi: 10.3390/ijerph14030311.
- Labaika, Mei. (2015). Penerapan Teknik Konseling Individu Untuk Mengatasi Kecanduan *Game online*. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 1-10. Retrieved from [index.php/fkipbk/article/download/79/59](http://index.php/fkipbk/article/download/79/59)
- Lee, Eun Jin. (2011). A Case Study of Internet Game Addiction. *Journal of Addictions Nursing*, 2 (2), 208-213. doi:10.3109/10884602.2011.616609
- Lee, I., Chen, Y., & Holim, L. (2007). Leaving A Never-Ending Game: Quitting MMORPGS and Online Gaming Addiction. *Proceedings of the 2007 DiGRA International Conference: Situated Play*, 4, 211-217. ISBN / ISSN: ISSN 2342-9666
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95. doi: 10.1080/15213260802669458.

- Lemos, I.L., Cristiano, N.D., & Everton, B.S. (2014). Internet and Video Game Addictions: A Cognitive Behavioral Approach. *Archives of Clinical Psychiatry, 41*(3), 82-88. DOI: 10.1590/0101-60830000000016.
- Lenz, Stephen A., Inmaculada G.S., Julia, D.A., & Patricia M.U. (2017). Translation and Cross-Cultural Adaptation of Assessments for Use in Counseling Research. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 50*(4), 224-231. doi:10.1080/07481756.2017.1320947
- Mahmudah, Siti. (2011). *Psikologi Sosial: Teori dan Model Penelitian*. Malang: UIN-Maliki Press.
- Marliani, Roslenty. (2013). *Psikologi Eksperimen*. Bandung: Pustaka Setia.
- McCart M.R, Priester P.E, Davies W.H, Azen R. (2006). Differential Effectiveness of Behavioural Parent Training and Cognitive Behavioral Therapy for Antisocial Youth: a Meta Analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology, 34*, 527–543. doi:10.1004/s10802-006-9031-1.
- Michaud, M.C., R.A. Martin, L.A.R. Stein, S. Bassett, R. Lebeau, & C. Golembeske. (2016). The Impact of *Motivational interviewing* on Delinquent Behaviors in Incarcerated Adolescents. *Journal of Substance Abuse Treatment, 65*, 13-19. doi: 10.1016/j.jsat.2015.09.003
- Miller, William R. & Stephen Rollnick. (2013). *Motivational interviewing: Helping People Change*. New York: Guilford Press.
- Miller, William R., dan Gary S. Rose. (2009). Toward a Theory of *Motivational interviewing* . *American Psychological Association, 64*(6), 527–537. doi:10.1037/a0016830
- Mu'arifah, Alif. (2005). Hubungan Kecemasan dan Agresivitas. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal, 2*(2), 102–111. Retrieved from <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/735>
- Murtadho, Ali. (2014). Keefektifan Model *Aggression replacement training* (ART) untuk Mereduksi Tingkat Agresivitas Siswa Madrasah Aliyah. *Disertasi*. Malang: Pascasarjana *Bimbingan konseling* Universitas Negeri Malang.
- Myers, D.G. (2002). *Social Psychology 7th Edition*. New York: McGraw Hill.
- Naar-King, S., & Suarez, M. (2011). *Motivational interviewing with Adolescents and Young Adults*. New York: Guilford Press.
- Nashori, Fuad. (2008). *Psikologi Sosial Islami*. Jakarta: PT Refika Aditama.
- Notoatmojo. (2010). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Nugraheni, Laylana & Elisabeth Christiana. (2013). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif Anak Usia Dini dan Penanganan Konselor di TK Bina Sholeh (BAS) Tuban. *Jurnal BK UNESA*, 4(1), 338-346. Retrieved from: [index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/6714/7414](http://index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/6714/7414)
- Pascasarjana UNNES. (2014). *Pedoman Penulisan Tesis dan Disertasi*. Semarang: Pascasarjana UNNES.
- Prayitno dan Erman Amti. (2015). *Dasar-dasar Bimbingan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prisgrove, Peter. (1991). A Relapse Prevention Approach to Reducing Aggressive Behaviour. *Serious Violent Offenders: Sentencing, Psychiatry and Law Reform*, 179-191. doi: 10.1.1.522.6995
- Purwanto, Edy. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahardjo, Susilo & Gudnanto. (2011). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Enterprise.
- Rahman, Agus A. (2013). *Psikologi Sosial: Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Ramadhani, Ardi. (2013). Hubungan Motif Bermain *Game online* dengan Perilaku Agresivitas Remaja Awal (Studi Kasus di Warnet Zerowings, Kandela dan Mutant di Samarinda). *eJournal Ilmu Komunikasi*, 1(1), 136-158. Retrieved from: [ejournal.ilkom.or.id](http://ejournal.ilkom.or.id).
- Rosengren, David B. (2017). *Building Motivational interviewing Skills: A Practitioner Workbook*. New York: Guilford Press.
- Sanditaria, Winsen. (2012). Adiksi Bermain *Game online* pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia *Game online* Jatinangor Sumedang. *eJournal Mahasiswa Unpad*. Retrieved from <http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/745>
- Santrock, John W. (2014). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education.
- Sarwono, Sarlito. (2011). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Seligman, M.E.P. (2011). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Life*. New York: Vintage Books.
- Sentana, M. Arif, & Intan Dewi K. (2017). Agresivitas dan Kontrol Diri pada Remaja di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 51-55. doi:um023v6i12017p051



- Shek, Daniel T. L., Lu Yu, & Rachel C. F. Sun. (2015). Internet Addiction. *Neuroscience in the 21st Century*. doi:10.1007/978-1-4939-3474-4
- Sherry, J. (2001). The Effects of Violent Video Games on Aggression: A Meta-Analysis. *Human Communication Research*, 27, 409–431. doi:10.1111/j.1468-2958.2001.tb00787.x
- Srn. (2010, Agustus 18). Waspadai Efek Samping 'Candu' MMORPG. Koran SI. Retrieved from <https://techno.okezone.com/read/2010/08/18/326/363988/waspadai-efek-samping-candu-mmorpg>.
- Student Success. (2017). *A Guide to APA Referencing Style: 6th edition*. Universal College of Learning.
- Sudrajad, Ahmad. (2011). *Mengatasi Masalah Siswa Melalui Layanan Konseling Individu*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Sugiharto, DYP., Hariyadi, S., Amin, ZN., Mulawarman, Muslikah, & Nugraheni, EP. (2019). Pengembangan Kompetensi Konselor Melalui Pelatihan Konseling *Motivational interviewing* (MI) Berbasis *Local Wisdom* Budaya Jawa. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 111-115. doi: <https://doi.org/10.31960/caradde.v1i2.62>
- Sugiyono. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES Press.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suryanto, Rahmad Nico. (2015). Dampak Positif dan Negatif Permainan *Game online* di Kalangan Pelajar. *Jom FISIP*, 2(2), 1-15. Retrieved from <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFSIP/article/view/6826>.
- Sutoyo, Anwar. (2012). *Pemahaman Individu (Observasi, Checklist, Interview, Kuesioner dan Sosiometri)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tanjung, Vetty Putri. (2015). *Game online* dan Agresivitas Anak Usia SMP di Sidoarjo. *Kanal*, 4(1), 63-80. doi:10.21070/kanal.v4i1.315
- Wagner, Christopher C. & Karen S. Ingersoll. (2013). *Motivational interviewing in Groups*. New York: Guilford Press.
- Weinstein, A. M. (2010). Computer and Video Game Addiction – a Comparison Between *Game Users* and *Non Game Users*. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 268– 276. doi: 10.3109/00952990.2010.491879

- Wibowo, Mungin Eddy. (2018). *Profesi Konseling Abad 21*. Semarang: UNNES Press.
- Wibowo, Mungin Eddy. (2019). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.
- Williams, D., Yee, N., & Caplan, S. E. (2008). Who Plays, How Much, and Why? Debunking the Stereotypical *Gamer* Profile. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(4), 993–1018. doi: 10.1111/j.1083-6101.2008.00428.x
- Willis, Sofyan. (2013). *Konseling Individual: Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Woog, Kenneth. (2016). Proposed Gaming Addiction Behavioral Treatment Method. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 271–279. doi:10.15805/addicta.2016.3.0108
- Yee, Nick. (2007). Motivations of Play in Online Games. *Journal of CyberPsychology and Behavior*, 9, 772-775. doi:10.1089/cpb.2006.9.772
- Young, K.S (2009). Understanding Online Gaming Addiction and Treatment Issues for Adolescent. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372. doi:10.1080/01926180902942191