

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori Terkait Judul

1. Kecanduan *Game Online*

a. Pengertian Kecanduan *Game Online*

Seseorang yang memiliki kecanduan *game online* banyak memiliki indikator salah satunya akan memiliki pola hidup yang kurang sehat, emosi yang tidak terkontrol, bertambahnya aplikasi, kurangnya sosialisasi, terlalu dimanjakan. Dampak yang ditimbulkan dari kecanduan bermain *game online* seperti makan tidak teratur, sering begadang, sering makan camilan yang kurang sehat, minum juga berkurang, sering emosian, mudah marah, tangan kaku, sering tidak fokus, kurang sosialisasi, penglihatan berkurang, jarang keluar kamar, dan lebih mengutamakan *game online* dari pada aktivitas sehari-hari. Adapun pernyataan Kristiana Siste menjelaskan bahwa "Struktur dan fungsi otaknya mengalami perubahan. Jadi, kalau kita lihat otaknya pake MRI, ada perubahan di bagian otak pre-frontal cortex".

Isu kecanduan *game online* sedang mencuri perhatian masyarakat luas. Saat ini, banyak penelitian lebih fokus pada usaha menurunkan tingkat kecanduan *game online*. Namun, penelitian mengenai pencegahan kecanduan *game online* masih jarang. Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai alternatif dalam mencegah kecanduan *game online*, terutama pada remaja yang terpengaruh. Remaja adalah kelompok usia yang seringkali bermasalah dengan *game online*. Kecanduan *game online* pada remaja akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan. Oleh karena itu, penting untuk mencegah kecanduan *game online* karena dampaknya dapat mengganggu kehidupan remaja. Tulisan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan kecanduan *game online*. Selain itu, penelitian di masa depan perlu menyelidiki lebih mendalam alternatif-alternatif lain dalam pencegahan kecanduan *game online*.¹

¹ Eryzal Novrialdy, "Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya," *Buletin Psikologi* 27, no. 2 (2019): 148, <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>.

Permainan *game online* adalah tipe permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Jaringan yang umumnya digunakan adalah jaringan internet dan sejenisnya seperti modem serta koneksi kabel. Umumnya, permainan online disediakan sebagai tambahan layanan oleh penyedia layanan online atau dapat diakses secara langsung melalui sistem yang diberikan oleh perusahaan yang menawarkan permainan tersebut. Permainan online dapat dimainkan bersamaan dengan menggunakan komputer yang terhubung ke dalam jaringan tertentu. Biasanya, permainan online terikat oleh peraturan yang dikenal sebagai “*End User License Agreement*” atau EULA. Konsekuensi dari pelanggaran perjanjian tersebut bervariasi, sesuai dengan kontrak, mulai dari peringatan hingga penghentian.²

Seorang remaja di desa Jepang Wetan Mejobo Kudus ini memiliki kebiasaan yang buruk dimana sering bolos sekolah, sering meninggalkan kewajiban sebagai seorang muslim, emosional tinggi, kurang fokus dalam belajar, jarang keluar rumah, kurang bersosialisasi, makan kurang teratur, tangan kaku, punggung sakit, penglihatan kurang jelas, dan sering berganti handphone.³

b. Sejarah *Game Online*

Sejarah *Game Online* dimulai pada tahun 1969. Awalnya, permainan ini dikembangkan dengan maksud pendidikan. Namun, kemudian pada awal tahun 1970, sebuah sistem bernama Plato, yang memiliki kemampuan *time-sharing*, diciptakan untuk mempermudah siswa belajar daring, di mana beberapa pengguna dapat mengakses komputer secara bersamaan sesuai waktu yang diperlukan. Dua tahun berikutnya, Plato IV muncul dengan kemampuan grafik baru yang digunakan untuk membuat permainan yang dimainkan oleh banyak pemain. Baru pada tahun 1995, *game online* mengalami perkembangan yang signifikan, terutama setelah pembatasan NSFNET (National Science Foundation Network) dihapuskan, sehingga akses ke seluruh domain internet tersedia. Kesuksesan finansial mendekati perusahaan-perusahaan yang meluncurkan permainan ini, sehingga persaingan pun mulai tumbuh, mengakibatkan perkembangan *game online* hingga saat

² Krista Surbakti, “Pengaruh Game Online Terhadap Remaja,” *Jurnal Curere* 1, no. 1 (2017).

³ Evita Citra Dewi, “Observasi Pendahuluan” (Kudus: Evita Citra Dewi, 2021).

ini. *Game Online* adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Jaringan yang biasanya digunakan adalah jaringan internet dan sejenisnya, seperti modem dan koneksi kabel. Biasanya, *game online* disediakan sebagai tambahan layanan oleh penyedia jasa daring atau dapat diakses secara langsung melalui sistem yang disediakan oleh penyedia permainan tersebut. *Game online* dapat dimainkan secara bersamaan dengan menggunakan komputer yang terhubung ke dalam jaringan tertentu.

Biasanya, *game online* diikat oleh suatu peraturan yang dikenal sebagai konsekuensi yang diterima jika melanggar perjanjian tersebut bervariasi, sesuai dengan kontrak, mulai dari peringatan hingga penghentian. *Game online* sendiri memiliki berbagai jenis, mulai dari permainan sederhana berbasis teks hingga permainan yang menggunakan grafik kompleks dan menciptakan dunia virtual yang dihuni oleh banyak pemain sekaligus. Dalam *game online* terdapat dua unsur utama, yaitu server dan klien. Server berfungsi sebagai administrasi permainan dan menghubungkan klien, sedangkan klien bertugas sebagai pengguna permainan yang memanfaatkan kemampuan server. *Game online* dapat dianggap sebagai bagian dari aktivitas sosial karena pemain dapat berinteraksi secara virtual dan seringkali membentuk komunitas di dunia maya.⁴

c. Jenis *Game Online*

Game online adalah jenis permainan yang dimainkan secara online dan biasanya melibatkan lebih dari satu pemain. Dalam *game online*, individu dapat berinteraksi dengan pemain lain, baik yang sudah dikenal maupun yang belum dikenal biasanya hanya sebatas berkenalan melalui obrolan online dan jarang sekali bertemu langsung. *Game online* hanya dapat dimainkan menggunakan internet, sehingga tanpa koneksi internet, tidak mungkin untuk memainkannya. *Game online* menggabungkan grafis yang canggih untuk memberikan hiburan dan tantangan tersendiri, serta pesan teks atau obrolan untuk berkomunikasi antar pemain, dengan menggunakan unsur server dan klien. Server adalah jaringan yang digunakan untuk menyediakan layanan administrasi permainan kepada klien, yang merujuk pada pemain. Pada akhirnya, *game online*

⁴ Surbakti, "Pengaruh Game Online Terhadap Remaja."

menjadi tempat di mana individu dapat berinteraksi dan berbagi minat yang sama.⁵

Jenis *game online* bervariasi, mulai dari permainan sederhana berbasis teks hingga permainan yang menggunakan grafik kompleks dan menciptakan dunia virtual yang dihuni oleh banyak pemain secara bersamaan. Untuk informasi lebih lanjut, berikut adalah jenis-jenis *game online* berdasarkan kategori permainannya:

- 1) “*Massively Multiplayer Online Firstperson shooter games*” atau MMOFPS. *Game online* seperti ini mengusung perspektif orang pertama, sehingga seakan-akan pemain berada dalam permainan dengan sudut pandang tokoh karakter yang sedang dimainkan. Setiap karakter memiliki kemampuan yang berbeda dalam hal refleks, akurasi dan aspek lain.
- 2) “*Massively Multiplayer Online Realtime strategy games*” MMORTS. Jenis *game online* ini menitikberatkan pada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini ditandai dengan adanya ciri khas di mana pemain harus mengatur strategi dalam bermain.
- 3) “*Massively Multiplayer Online Roleplaying games*” atau MMORPG. Biasanya, *game online* jenis ini melibatkan pemain dalam memerankan tokoh-tokoh khayalan dan bekerjasama untuk membentuk sebuah cerita bersama.⁶
- 4) Cross-platform online play. Jenis ini bisa dimainkan secara online dengan perangkat yang berbeda. Mesin permainan konsol saat ini telah mengalami perkembangan menjadi sejenis komputer yang dibarengi dengan adanya *open source networks*, misalnya “Dreamcast, PlayStation 2, dan Xbox” yang memiliki fitur online.
- 5) Massively Multiplayer Online Browser Game. Jenis permainan ini dimainkan melalui browser seperti Internet Explorer, Opera atau Mozilla Firefox. *Game* tersebut tergolong sederhana yang dapat dimainkan oleh satu pemain melalui browser dengan menggunakan HTML dan teknologi scripting HTML seperti “JavaScript, ASP, PHP, dan MySQL”. Kemajuan dalam teknologi grafik berbasis web, seperti Flash dan Java, telah menghasilkan permainan yang

⁵ Satria Sagara and Achmad Mujab Masykur, “Gambaran Online Gamer” (Universitas Diponegoro, 2018).

⁶ Surbakti, “Pengaruh Game Online Terhadap Remaja.”

dikenal sebagai "Flash games" atau "Java games" yang telah menjadi sangat populer. Bahkan, permainan sederhana seperti PacMan telah dibuat ulang dengan menggunakan *plugin* di dalam halaman web. Permainan browser yang lebih baru menggunakan teknologi web yang memungkinkan interaksi multiplayer.⁷

- 6) "Multiplayer Online Battle Arena" atau MOBA, pada umumnya MOBA memiliki sistem permainan yang sama dengan RPG. Dalam permainan, setiap orang hanya bisa mengendalikan atau mengontrol 1 hero. Mereka saling berhadapan dengan 2 tim yang berbeda dimana dalam arena pertandingan yang ada di *game* akan menghancurkan atau mengalahkan permainan lawan. *Game online* ini banyak digemari para remaja karena mudah dimainkan dan bisa diinstal di *gadget*. Contoh *game* MOBA seperti, Mobile Legend, Heroes of Soulcraft, Clash Royale, Arena of Valor dan masih banyak lagi.⁸

2. Peran Orang Tua

a. Pengertian Orang Tua

KBBI menjelaskan bahwasanya "Orang tua adalah ayah ibu kandung". Maurice berpendapat bahwa orang tua dalam sebuah keluarga dipersepsikan sebagai pemimpin dalam sebuah komunitas yang memiliki tanggung jawab mengatur seluruh struktur organisasi dalam komunitas, sehingga menjaga agar tidak terjatuh dari jalur yang telah ditetapkan berdasarkan tugas dan fungsi individu masing-masing.⁹

Orang tua merupakan dua manusia yang dijadikan satu dalam sebuah ikatan darah dengan anak-anak mereka. Menjadi orang tua bukan segampang apa yang dipikirkan, sebagai orang tua mereka memiliki peran ganda, dimana orang tua menjadi cerminan perilaku anak-anaknya. Sebagai orang tua memiliki kewajiban menyayangi, mengayomi, memberikan rasa aman dan nyaman, memberikan contoh perilaku yang baik, memberikan pandangan tentang apa yang diperbolehkan atau tidak, memahamkan norma-norma hidup.

⁷ Surbakti, "Pengaruh Game Online Terhadap Remaja."

⁸ Ardi Prawiono, "Fenomena Game Moba (Multiplayer Online Battle Arena) Pada Kalangan Pelajar Dan Mahasiswa Di Kota Surabaya." (Universitas Airlangga, 2020).

⁹ Maurice Eminyan, *Teologi Keluarga* (Yogyakarta: Kanisius, 2001).

Bisa diketahui bahwasanya orang tua bertanggungjawab untuk membimbing anak-anaknya dengan kasih sayang, perhatian dan cinta kasih yang sama bagi perkembangan, pendidikan anak dan berbagai bidang kehidupan anak.

b. Peran Orang Tua dalam Membimbing Anak

Orang tua memiliki peranan dalam mengajarkan komunikasi yang baik terhadap anaknya yaitu menggunakan komunikasi yang baik, memberikan arahan percaya diri, bersikap asertif saat menangani konflik, empati, memperhatikan komunikasi non verbal, menjadi pendengar yang baik. Orang tua berperan memperhatikan pergaulan anak sehari-hari, seorang anak memiliki sikap *fluktuatif* apalagi dimasa remaja. Peran orang tua dalam menjadi pendidik bagi anak sangat penting, sebab proses pertumbuhan anak dimulai dengan pendidikan yang diberikan oleh orang tua terlebih dahulu, sebelum mereka belajar hal-hal yang lebih banyak di luar.

Orang tua juga memiliki peran dalam tugas untuk memberi nafkah, sehingga kebutuhan hidup anak dapat terpenuhi tanpa menimbulkan perasaan kekurangan dalam segi spiritual dan fisik. Selanjutnya, orang tua juga berperan sebagai pembimbing dan konselor, yakni mereka mendengarkan keluhan yang ingin disampaikan oleh anak dan selalu mendampingi anak selama perkembangannya.¹⁰

Peran orang tua sangat besar dalam perkembangan diri seseorang ketika dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab. Orang tua akan menjadi teladan, sahabat, dan pembimbing yang baik bagi anak. Jika perasaan ini telah muncul dalam diri seorang anak, perkembangan anak akan lebih mudah dipantau oleh orang tua, sehingga segala tindakan yang dilakukan oleh anak akan mencerminkan ajaran orang tua.

3. Remaja dan Perkembangannya

a. Pengertian Remaja

Kata "remaja" berasal dari bahasa Latin, yaitu "*adolescere*," yang berarti tumbuh atau mencapai kematangan, seperti yang diuraikan oleh Golinko dalam Rice. Tidak sedikit tokoh yang mendefinisikan mengenai remaja, diantaranya DeBrun yang mengartikan remaja dengan periode pertumbuhan yang terjadi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa.

¹⁰ Kristiana Tjandrarini, *Bimbingan Konseling Keluarga* (Salatiga: Widya Sari Press, 2004).

Sementara itu, Papalia dan Olds tidak memberikan pengertian secara eksplisit tentang remaja, melainkan mengacu secara implisit pada pengertian masa remaja.

Remaja, pada usia 12 hingga 17 tahun, merupakan masa di mana manusia tidak dapat disebut sebagai dewasa namun juga bukan anak-anak. Ini adalah periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Ketika memeriksa perkembangan remaja, kita dapat mengartikannya dalam beberapa aspek. Secara biologis, ini melibatkan perubahan fisik yang mencakup awal pubertas, berhentinya pertumbuhan fisik, perubahan pada organ seks, tinggi badan, berat badan, dan massa otot, serta perubahan signifikan dalam struktur otak dan perubahan suara. Dalam hal kemajuan kognitif, ini melibatkan peningkatan pengetahuan serta kemampuan berpikir secara abstrak dan berargumentasi secara lebih efektif dalam konteks sosial, semuanya merupakan persiapan untuk menjadi orang dewasa.¹¹

b. Perkembangan Remaja

Masa remaja adalah periode perkembangan diri yang signifikan dalam kehidupan individu. Ini merupakan masa transisi menuju kedewasaan yang sehat. Selama masa ini, terjadi perkembangan sikap kemandirian, munculnya minat dalam seksualitas, serta kecenderungan untuk merenung tentang diri sendiri, isu-isu moral, dan nilai-nilai etika, selain juga ketergantungan terhadap orang tua.¹²

Wellina menjelaskan bahwa tumbuh kembang melibatkan pertumbuhan fisik, aspek kejiwaan, psikologis, bahkan emosi. Proses ini menggambarkan transformasi masa kanak-kanak menjadi dewasa, ditandai oleh berbagai perubahan, termasuk:

- 1) Perubahan yang terjadi pada fisik yang bersifat badaniah, baik yang dapat dilihat maupun tidak.
- 2) Perubahan yang terjadi pada emosional yang tercermin dari sikap dan perilaku yang dilakukan oleh remaja.
- 3) Perkembangan kepribadian yang dipengaruhi oleh berbagai hal seperti orang tua, keluarga dan lingkungan sekolah.¹³

¹¹ Jeffrey Jensen Arnett, "Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good For?," *Child Development Perspectives* 1, no. 2 (2007): 68–73.

¹² Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Kencana, 2011).

¹³ Wellina Sebayang, Desty Yohana Gultom, and Eva ROyani Sidabutar, *Perilaku Seksual Remaja* (Yogyakarta: Deepublish, 2018).

Menurut EB Surbakti, perubahan pada masa perkembangan remaja dapat dikenali melalui dua aspek utama, yaitu:

- 1) Perubahan fisiologi seorang remaja dalam peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa termanifestasi dalam tiga ciri utama, yaitu:
 - a) Primer Perubahan yang berkaitan dengan alat kelamin, yang mana menjadi tanda bahwa remaja sudah bisa melakukan serta mengaktifkan fungsi dari alat-alat reproduksi mereka.
 - b) Sekunder Perubahan ini berkaitan dengan berubahnya bentuk tubuh remaja seperti, otot mulai kekar, tumbuh jakun bagi pria dan pinggul membesar, tumbuh payudara bagi wanita.
 - c) Tersier Dalam ciri ini biasanya ditandai dengan gerak motorik yang tidak terkendali, walaupun tidak semua remaja mengalaminya, akan tetapi hal tersebut sering terjadi pada beberapa remaja.

Perkembangan remaja memunculkan berbagai aspek yang menonjol, yaitu:

1) Perkembangan Fisik

Secara umum, pada rentang usia 12 hingga 17-18 tahun, terjadi pertumbuhan dan perkembangan fisik yang pesat. Selama periode ini, remaja seringkali mengalami ketidaknyamanan dan ketidakharmonisan dalam tubuh mereka karena pertumbuhan anggota badan dan otot yang tidak seimbang. Pertumbuhan otak juga terjadi secara cepat, dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berlanjut hingga usia 13, 14, atau 16-17 tahun. Perlu dicatat bahwa pertumbuhan otak pada wanita biasanya dimulai sekitar usia 11 tahun, sementara pada laki-laki, pertumbuhan otak berkembang dua kali lebih cepat dari wanita, khususnya pada usia 15 tahun.¹⁴

2) Perkembangan External

Tinggi rata-rata anak perempuan mencapai kematangan pada usia antara 17 hingga 18 tahun, sementara anak laki-laki mencapai kematangan tersebut satu tahun lebih lambat daripada anak perempuan. Perubahan berat badan mengikuti pola yang sama dengan perubahan tinggi, tetapi berat badan sekarang tersebar di berbagai bagian

¹⁴ Riryng Fatmawaty, "Fase-Fase Masa Remaja," *Jurnal Reforma* VI, no. 02 (2018): 55–65.

tubuh yang sebelumnya memiliki sedikit lemak atau tidak memiliki lemak sama sekali. Organ reproduksi, baik pada laki-laki maupun perempuan, mencapai ukuran matang pada akhir masa remaja. Ketika berbicara tentang perkembangan seksual, anak perempuan cenderung memulai perubahan ini lebih awal dibandingkan dengan anak laki-laki. Terkait dengan proporsi tubuh, berbagai bagian tubuh secara perlahan akan mencapai perbandingan yang harmonis, termasuk perpanjangan dan pelebaran tubuh, sehingga tubuh tidak terlihat terlalu panjang.

3) Perkembangan Kognisi

Proses pertumbuhan otak mencapai puncaknya sekitar usia 12 tahun, dimana sistem saraf yang bertanggung jawab untuk memproses informasi mengalami perkembangan pesat. Pada periode ini, terjadi reorganisasi pada lingkaran saraf di *lobe frontal* yang bertanggung jawab atas fungsi kognitif tingkat tinggi seperti perencanaan strategis dan pengambilan keputusan. Perkembangan *lobe frontal* ini berlanjut hingga usia sekitar 20 tahun atau lebih. Perkembangan *lobe frontal* ini sangat mempengaruhi kemampuan intelektual remaja.¹⁵

4) Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi selama masa remaja cenderung lebih intensif daripada saat masih anak-anak. Faktor ini disebabkan oleh tekanan sosial yang mereka alami dan situasi-situasi baru yang dihadapi, berbeda dengan saat mereka masih anak-anak yang belum siap untuk menghadapi kehidupan sosial. Meskipun pada dasarnya, emosi remaja dan anak-anak memiliki kesamaan, perbedaannya terletak pada pemicu emosi dan tingkat kedewasaan emosional. Menurut Ahmadi dan Sholeh, tingkat kedewasaan emosi pada anak laki-laki dan perempuan selama akhir masa remaja terlihat ketika mereka mampu mengendalikan emosi mereka di depan orang lain dan menunggu waktu dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan perasaan dengan cara yang lebih dapat diterima. Tingkat kedewasaan emosi juga tercermin dalam kemampuan mereka untuk menilai masalah secara kritis sebelum bereaksi secara emosional, bukan sebaliknya. Dengan demikian, remaja dapat menghindari

¹⁵ Riryn Fatnawaty, 'Fase-Fase Masa Remaja', *Jurnal Reforma* VI, no. 02 (2018): 55-65

berbagai pemicu emosi yang mungkin muncul, sehingga dapat menjaga stabilitas emosi.¹⁶

5) Perkembangan Sosial

Social Cognition berkembang selama masa remaja. *Social Cognition* merujuk pada kemampuan untuk mengerti individu lain, termasuk aspek-aspek yang membuat mereka unik, seperti karakteristik pribadi, minat, nilai-nilai, dan emosi mereka. Pemahaman ini memberikan dorongan kepada remaja untuk membangun hubungan sosial yang lebih dekat dengan individu-individu tersebut, terutama teman sebaya.

c. Problematika Remaja

Masa remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa. Selama masa ini, remaja sedang aktif mencari jati diri mereka. Mereka cenderung mencoba-coba berbagai hal, yang seringkali berakibat pada kesalahan. Kesalahan-kesalahan ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan bagi orang-orang di sekitar mereka, seperti orang tua dan lingkungan mereka.¹⁷ Biasanya, remaja sering terlibat dalam perilaku yang agresif yang cenderung menuju ke arah masalah dan perilaku yang tidak diinginkan. Saat ini, masalah ini telah melampaui batas yang sewajarnya, di mana banyak anak di bawah usia yang seharusnya mengenal rokok dan bahkan narkoba. Bahkan lebih lanjut, mereka juga sudah akrab dengan perilaku seks bebas dan terlibat dalam kejahatan.¹⁸

Sigmund Freud dan Otto menyatakan bahwa masa remaja adalah tahap perkembangan yang universal yang mencakup berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk perilaku, interaksi sosial, perubahan emosional, serta hubungan antara aspek psikologis dan fisik yang dapat memengaruhi citra diri. Selain itu, Erikson juga menekankan bahwa masa remaja adalah periode di mana individu mulai mencari jati diri atau identitas mereka. Proses pencarian identitas ini seringkali menyebabkan berbagai masalah yang biasanya dialami oleh remaja, seperti

¹⁶ Riry Fatnawaty, 'Fase-Fase Masa Remaja,' *Jurnal Reforma* VI, no. 02 (2018): 55-65

¹⁷ Sebayang, Gultom, and Sidabutar, *Perilaku Seksual Remaja*.

¹⁸ Eny Kusumawati, "Problematika Remaja Dan Faktor Yang Mempengaruhi," in *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, vol. 1, 2017, 88-91.

masalah dalam hubungan asmara, di sekolah, dalam pergaulan, tampilan diri, dan sebagainya.¹⁹

Masalah yang dihadapi oleh remaja dapat dibagi menjadi dua kategori, yang pertama adalah masalah internal. Masalah ini adalah hal yang alami bagi remaja, seperti masalah terkait dengan seksualitas. Ini terjadi karena naluri seksual mereka mendorong mereka untuk memahami lebih lanjut mengenai diri mereka sendiri. Pada dasarnya, ini adalah hal yang wajar, namun masalah muncul ketika remaja tersebut kurang pemahaman mengenai hal ini. Hal ini membuat mereka kesulitan dalam merawat diri sendiri dan berkembang menjadi remaja yang sehat secara emosional. Selain itu, mereka juga mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Problem kedua yang harus dihadapi adalah masalah eksternal. Ini adalah masalah di mana perkembangan remaja dipengaruhi oleh lingkungan dan pergaulan mereka. Masalah ini muncul akibat pemikiran dan rangsangan yang tidak tepat. Pemikiran yang memiliki peran penting dalam membentuk remaja meliputi pemahaman tentang makna kehidupan, standar kebahagiaan hidup, dan perilaku yang benar. Jika remaja memiliki pemikiran yang keliru tentang aspek-aspek ini, maka mereka akan kesulitan memahami konsekuensi dari tindakan mereka. Selain itu, paparan terhadap rangsangan yang tidak sesuai, seperti konten pornografi dan perilaku porno, menjadi masalah serius bagi remaja.²⁰

Hal-hal tersebut dapat terjadi disebabkan oleh sejumlah faktor. Umumnya, faktor-faktor tersebut mencakup kurangnya kasih sayang dan kurangnya pengawasan dari orang tua, yang berdampak pada kebebasan berlebihan dan penyimpanan masalah secara pribadi oleh anak-anak. Selain itu, kurangnya pemahaman tentang prinsip-prinsip agama, pergaulan dengan teman-teman yang tidak tepat, serta ketiadaan sarana untuk mengekspresikan bakat dan minat, bahkan dampak negatif dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi juga turut berperan sebagai faktor penyebab.²¹ Selain itu, menurut David Elkind,

¹⁹ Ririanti Rachmayanie, "Seks Pra Nikah Sebagai Problematika Remaja Sekolah Menengah," in *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2017*, 2017, 248–63.

²⁰ Puji Lestari, "Fenomena Kenakalan Remaja Di Indonesia," *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* 12, no. 1 (2012).

²¹ Kusumawati, "Problematika Remaja Dan Faktor Yang Mempengaruhi."

masalah yang sering timbul pada remaja muncul karena pola pikir yang belum matang. Gejala ini terlihat dalam karakteristik berikut: Idealisme dan kemudahan dalam mengkritik, Sifat argumentatif, Kesulitan dalam membuat keputusan, Kemunafikan yang terbuka, Kurangnya kesadaran diri, Perasaan istimewa dan kekuasaan yang dimiliki. Keenam ciri ini dapat menyebabkan masalah pada remaja dan menjadi dasar bagi perkembangan sifat egois dalam diri mereka.²²

4. Lingkungan Religius

Lingkungan, sesuai dengan Undang-Undang No. 23 Tahun 1997, merujuk pada keseluruhan ruang yang melibatkan beragam unsur seperti benda, sumber daya, energi, kondisi, serta semua makhluk hidup, termasuk manusia dan tingkah laku mereka, yang berpengaruh pada alam itu sendiri, kelangsungan kehidupan, serta kesejahteraan manusia dan makhluk hidup lainnya.

Lingkungan dapat diartikan sebagai hasil dari penggabungan kondisi fisik, seperti keadaan sumber daya alam seperti tanah, air, energi surya, mineral, serta tumbuhan dan hewan yang hidup di daratan dan dalam laut, dengan aspek kelembagaan yang mencakup keputusan manusia tentang cara mengelola sumber daya alam tersebut. Selain itu, sebagai makhluk hidup, kita juga membutuhkan lingkungan sosial yang berfungsi sebagai tempat untuk berinteraksi dengan orang lain. Hal ini disebabkan oleh sifat manusia yang merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri.

Religius adalah bersifat religi, yakni bermakna keagamaan, berkaitan dengan hal-hal keagamaan. Dalam bahasa Arab, ini disebut sebagai *maaddah al-da'wah*. Dengan demikian, dapat dijelaskan bahwa pesan religius adalah ide atau pengetahuan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain, yang mengandung unsur-unsur keagamaan, termasuk agama Islam dan agama-agama lainnya.

Jadi lingkungan religius yakni sebuah tempat perkumpulan orang yang dimana ditempat tersebut terdapat individu yang mengatur tempat tersebut. Bahkan ditempat tersebut sangat kental dengan ajaran agama yang dianut oleh semua individu yang bertempat tinggal disana.

²² Yuanita Dwi Krisphianti, "PERAN KOMPONEN PROGRAM BIMBINGAN KONSELING (Layanan Yang Ditawarkan Untuk Membantu Problematika Remaja)," in *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, vol. 1, 2017, 19–27.

5. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

a. Pengertian BKI

Bimbingan konseling adalah hasil dari istilah "Guidance" dan Konseling adalah adaptasi dari kata "counseling". Istilah "Guidance" sendiri berasal dari akar kata "guide," yang memiliki arti luas seperti mengarahkan, memandu, mengelola, menyampaikan, mendorong, membantu mewujudkan, memberi, bersungguh-sungguh, memberikan pertimbangan, dan berperilaku demokratis. Dengan kata lain, konsep Bimbingan adalah upaya sungguh-sungguh dan demokratis untuk memberikan bantuan melalui arahan, panduan, dorongan, serta pertimbangan. Tujuannya adalah agar individu yang mendapatkan bantuan mampu mengelola dan mencapai apa yang diharapkan.

Definisi lain dikemukakan oleh Prayitno mengenai bimbingan yaitu: "bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dengan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan nilai-nilai yang berlaku".²³ Bimbingan adalah tindakan sadar yang dilakukan oleh individu yang memiliki keahlian di bidang bimbingan dan konseling. Tindakan ini bertujuan untuk membantu individu, baik secara individu maupun dalam kelompok, meningkatkan kemampuan diri mereka sehingga mereka dapat lebih memahami diri sendiri.

Bimbingan adalah istilah umum dalam dunia pendidikan yang pada dasarnya merupakan usaha membantu individu mencapai perkembangan yang optimal. Bimbingan, yang lebih luas dalam maknanya, meliputi.

- 1) Suatu proses interaksi personal yang dinamis, bertujuan memengaruhi sikap dan perilaku individu;
- 2) Bentuk bantuan sistematis yang diberikan kepada murid atau individu lainnya, selain dari proses pengajaran, untuk membantu mereka menilai kemampuan dan kecenderungan mereka, serta menggunakan informasi tersebut secara efektif dalam kehidupan sehari-hari;

²³ Prayitno and Emran Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008).

- 3) Tindakan atau teknik yang digunakan untuk membimbing murid mencapai tujuan yang diinginkan dengan menciptakan lingkungan yang membuat mereka sadar akan kebutuhan dasar, mengenali kebutuhan tersebut, dan mengambil langkah-langkah untuk memenuhi kebutuhan.

Sukmadinata mengidentifikasi mengenai makna bimbingan secara rinci, supaya bisa menyajikan pemahaman yang mendalam, yaitu:

- 1) Bimbingan merupakan suatu usaha untuk membantu perkembangan individu secara optimal.
- 2) Bantuan diberikan dalam situasi yang bersifat demokratis
- 3) Bantuan yang diberikan terutama dalam penentuan tujuan-tujuan perkembangan yang ingin dicapai oleh individu serta keputusan tentang mengapa dan bagaimana cara menanganinya,
- 4) Bantuan diberikan dengan cara meningkatkan kemampuan individu agar dia sendiri dapat menentukan keputusan dan memecahkan masalahnya sendiri.²⁴

Bimbingan menurut Kartini adalah proses memberi bantuan kepada manusia yang sudah dipelajari melalui pemahaman, pengetahuan, keterampilan tertentu yang dibutuhkan dalam memberikan pertolongan kepada yang lainnya yang membutuhkan pertolongan.²⁵ Membimbing atau bimbingan menjadi kata yang makna umumnya memiliki kesamaan dengan mengarahkan, membina, menanamkan, atau mendidik anak untuk memahami nilai, moral dan bagaimana menjadi manusia yang baik.²⁶

Konseling adalah disiplin ilmu yang unik, di mana individu yang berkompeten dalam bidang ini adalah mereka yang memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memungkinkan mereka untuk memberdayakan konseli agar dapat mengembangkan potensi mereka secara mandiri. Keunikan lain dalam proses konseling adalah kemampuan konselor dalam menerima dan menjaga kerahasiaan informasi yang dibagikan oleh konseli, terlepas dari latar belakang dan masalah yang mereka hadapi. Salah satu metode yang sering

²⁴ Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004).

²⁵ Kartini Kartono, *Bimbingan Dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya* (Jakarta: CV Rajawali, 1985).

²⁶ Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*.

digunakan dalam konseling adalah wawancara, yang bertujuan untuk mencapai tujuan dan harapan yang diinginkan oleh konseli yang sedang diwawancarai. Oleh karena itu, konseling dapat didefinisikan sebagai suatu proses komunikasi yang terjadi antara konselor dan konseli dalam konteks hubungan pribadi.²⁷ Konseling atau penyuluhan merupakan proses bantuan yang diberikan oleh seorang spesialis kepada seseorang yang sedang menghadapi masalah tertentu, dengan tujuan membantu individu tersebut mengatasi masalah yang dihadapinya. Istilah ini diperkenalkan oleh Frank Parsons pada tahun 1908 saat dia terlibat dalam konseling karier.

Menurut Blocher, konseling merupakan upaya untuk membantu seseorang dalam meraih pemahaman diri serta memberikan respons terhadap pengaruh-pengaruh yang berasal dari lingkungan sekitarnya. Selanjutnya, konseling bertujuan untuk membantu individu tersebut mengidentifikasi makna pribadi dari perilaku mereka, serta mengembangkan serta menjelaskan tujuan dan nilai-nilai yang akan memandu tindakan mereka di masa depan.

Bimbingan konseling merupakan suatu upaya psikologis yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan individu agar dapat menjadi individu yang mandiri dalam mengatur dan mengelola kehidupannya, sehingga mereka mampu beradaptasi dengan diri mereka sendiri, masyarakat, dan lingkungan sekitarnya, seperti yang diungkapkan oleh Supriadi di atas. Dengan jelas, bimbingan konseling erat kaitannya dengan kegiatan pendidikan, yang bertujuan untuk membimbing dan mempersiapkan individu agar memiliki kesehatan mental yang kuat, yang ditandai dengan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Sejalan dengan konsep ini, di Indonesia, bimbingan konseling dianggap sebagai bagian integral dari proses pendidikan, sebagaimana diatur dalam undang-undang Sisdiknas tahun 2003.

Dalam konteks Islam, bimbingan dan konseling memiliki makna yang sangat luas dan komprehensif. Prinsipnya adalah karena ajaran agama Islam meresap di seluruh aspek kehidupan, dengan tujuan mendasar untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan nasihat kepada manusia agar mengikuti jalan kebenaran, yaitu jalan yang telah ditetapkan oleh Allah, yang

²⁷ Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah: Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009).

akan membawa manusia menuju keselamatan dan kebahagiaan, baik di dunia maupun di akhirat. Konseling Islami, terutama dalam konteks dimensi spiritual dan materi dari klien atau konseli, melibatkan manusia dalam tugas memahami masalah yang dihadapinya, sekaligus menyadari hakikat sejati dirinya dan tanggung jawabnya dalam menyelesaikan permasalahan tersebut. Permasalahan yang dihadapi oleh manusia dalam bimbingan dan konseling Islami pada dasarnya adalah ujian dan cobaan dari Allah SWT, yang tujuannya adalah untuk memperkuat iman mereka kepada Allah SWT. Konsep ini sejalan dengan ayat Al-Qur'an dalam Surah Al-Baqarah (2:155).

وَلَتَبْلُوكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ

وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya : "Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar".

Menurut ayat tersebut, Allah SWT menjelaskan bahwa ujian yang diberikan kepada manusia dapat terdiri dari aspek psikologis dan materi. Sifat dasar manusia, baik yang bersifat fisik maupun yang tidak, menjadi subjek dan objek dalam tantangan kehidupan mereka. Manusia cenderung untuk mencari solusi terhadap tantangan yang mereka hadapi dalam kehidupan mereka.

Dalam Alqur'an, istilah yang sering digunakan untuk merujuk pada bimbingan adalah nasihat, peringatan, atau tazkir. Kedua konsep ini secara luas dicontohkan dalam Alqur'an sebagai komponen integral dalam ajaran Islam serta instruksi dari Allah kepada umat manusia. Pada Surat Al-Asr ayat 1-3, istilah "nasihat" dijelaskan.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ

وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya : "Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati

supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran".

Makna memberikan nasihat dalam rangka kebenaran adalah usaha untuk menjalankan semua perintah dan menjauhi segala yang diharamkan. Sementara memberikan nasihat dalam kesabaran berarti bersabar menghadapi berbagai ujian, takdir, dan gangguan yang dihadapi oleh individu yang berupaya mempromosikan kebaikan dan menentang perbuatan yang tercela.

Konseling Islam, menurut Tohari Musnamar, merupakan suatu proses pendampingan terhadap individu dengan tujuan untuk membantu mereka kembali menyadari hakikat keberadaannya sebagai ciptaan Allah, yang seharusnya menjalani kehidupan sesuai dengan ajaran dan pedoman-Nya. Dengan demikian, mereka dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.²⁸ Jadi Bimbingan Konseling Islam adalah sebuah pendekatan dalam bidang bimbingan dan konseling yang berfokus pada nilai-nilai, prinsip-prinsip, dan ajaran Islam. Tujuan utama dari bimbingan konseling Islam adalah membantu individu mengatasi masalah, konflik, atau tantangan dalam hidup mereka dengan merujuk pada ajaran agama Islam. Pendekatan ini berusaha menggabungkan prinsip-prinsip Islam dengan teknik-teknik konseling yang umumnya digunakan dalam bimbingan dan konseling.

b. Fungsi Konseling Islam

Konseling Islam memiliki fungsi yaitu membantu individu maupun kelompok untuk mengatasi masalah yang sedang terjadi dalam kehidupannya serta mengusahakan agar tidak mengulang kembali masalah yang sama. Berbagai fungsi yang terdapat dalam konseling Islam yaitu:

- 1) Fungsi pemahaman dalam bimbingan konseling Islam adalah membantu individu memahami situasinya dan lingkungannya, sehingga individu tersebut dapat meningkatkan potensinya dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya dengan baik.²⁹
- 2) Fungsi penyesuaian merupakan peran dari bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membimbing individu agar

²⁸ Tarmidzi, *Bimbingan Konseling Islami* (Medan: Perdana Publishing, 2018).

²⁹ Abu Bakar and M Luddin, *Dasar-Dasar Konseling (Tinjauan Teori Dan Praktik)* (Bandung: Citra Pustaka Media Perintis, 2009).

mampu menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap tuntutan program pendidikan, peraturan sekolah, atau nilai-nilai agama.³⁰

- 3) Fungsi pengembangan adalah memberikan bantuan kepada individu atau kelompok dalam menjaga dan meningkatkan kondisi yang ada agar tetap optimal, sehingga mencegah terjadinya masalah di kemudian hari.³¹
- 4) Fungsi dari bimbingan konseling Islam, atau preservatif, adalah untuk membantu seseorang dalam menjaga kondisi awal yang buruk menjadi lebih baik dan mencegahnya kembali memburuk atau menimbulkan masalah lagi.
- 5) Dalam aspek kuratif atau korektif, bimbingan konseling Islam bertujuan untuk membantu seseorang mengatasi masalah yang sedang mereka hadapi.

Mengingat substansi fungsi konseling dan bimbingan secara Islam diatas dapat dilihat bahwa berbagai fungsi diatas berguna untuk membantu pemecahan suatu permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan bermasyarakat yang individu alami dan berupaya dengan maksimal supaya permasalahan yang sama tidak akan terjadi kembali.

c. Tujuan Konseling Islam

Adz-Dzaky menjelaskan mengenai berbagai tujuan dilaksanakannya Bimbingan Konseling Islam, yaitu:

- 1) Untuk menciptakan perubahan serta meningkatkan kesejahteraan jiwa dan kesehatan mental. Jiwa akan merasa tenang, damai, dan hati terbuka, serta mendapatkan pencerahan dari petunjuk Ilahi.
- 2) Untuk menciptakan perubahan, perbaikan, dan perilaku yang sopan, yang akan memberikan manfaat baik pada diri sendiri, keluarga, lingkungan kerja, serta komunitas dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk mengembangkan kecerdasan emosional individu, sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, semangat gotong royong, serta kasih sayang.³²

Secara keseluruhan, tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah untuk memberikan bantuan kepada individu dalam mencapai perkembangan yang optimal dalam aspek pribadi, sosial, dan sebagai makhluk ciptaan Allah SWT.

³⁰ Bakar dan Luddin, *Bimbingan Konseling Islam*.

³¹ Tarmidzi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2018)..

³² Tarmidzi, *Bimbingan Konseling Islami* (Medan: Perdana Publishing, 2018)..

B. Penelitian Terdahulu

Peneliti mengambil sample penelitian terdahulu sebanyak 3 penelitian yang dilakukan pada peneliti terdahulu. Peneliti pertama atas nama Zakiyya Zahra Munita, bimbingan penyuluhan Islam, IAIN Ponegoro, 2021, Ponegoro. Penelitian ini berjudul "peran orang tua dalam mengatasi kecanduan *game online* pada anak di desa Jeblogan Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi". Penelitian ini memanfaatkan metode penelitian deskriptif kualitatif. Hasil dari penelitian ini yaitu orang tua dalam mengatasi anak kecanduan *game online* di Desa Jeblogan Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi adalah anak menjadi lebih fokus dalam belajar.³³ Kesamaan penelitian peneliti dengan terdahulu yaitu berkaitan dengan subyek yang ditelitinya. Sedangkan hal yang membedakannya yaitu penelitian terdahulu memiliki fokus pada penanganan orang tua dengan anak, adapun penelitian ini memiliki fokus pada permasalahan yang dialami remaja dan cara menyelesaikannya dengan menggunakan pendekatan bimbingan konseling Islam.

Penelitian kedua, atas nama Kadrina, bimbingan dan konseling Islam, IAIN Palopo, 2020, Sulawesi Selatan. Penelitian ini berjudul "peran orang tua dalam meminimalisir kecanduan *game online* pada anak usia sekolah di Kota Palopo". Penelitian ini menggunakan metode penelitian metode deskriptif kuantitatif. Hasilnya mengindari *game* yang memiliki tinggi dan memilihkan permainan yang bisa dimainkan dengan keluarga.³⁴ Kesamaan penelitian peneliti dengan terdahulu yaitu berkaitan dengan subyek yang ditelitinya. Sedangkan hal yang membedakannya yaitu penelitian terdahulu memiliki fokus pada dampak yang dialami individu, adapun penelitian ini memiliki fokus pada permasalahan yang dialami remaja dan cara menyelesaikannya dengan menggunakan pendekatan bimbingan konseling Islam.

Penelitian ketiga, atas nama Nurkumalasari, bimbingan dan konseling Islam. STAIN Parepare, 2017, Sulawesi Selatan. Penelitian ini berjudul "Peran bimbingan orang tua dalam upaya mengurangi kebiasaan bermain *game online* pada anak di kelurahan Maccowalie Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pingrang". Penelitian ini memanfaatkan metode penelitian metode deskriptif kualitatif.

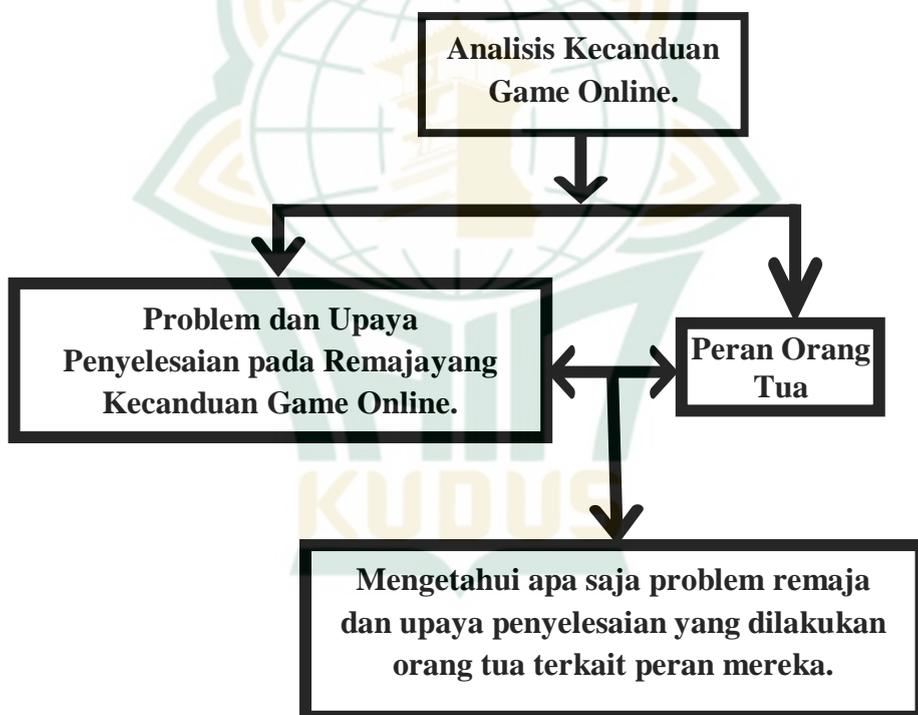
³³ Zakkiya Zahro Munita, "Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Di Desa Jeblogan Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi" (IAIN Ponorogo, 2021).

³⁴ Kardina, "PERAN ORANG TUA DALAM MEMINIMALISIR KECANDUAN GAME ONLINE PADA ANAK USIA SEKOLAH DI KOTA PALOPO" (IAIN Palopo, 2020).

Hasilnya lebih mengatur jadwal bermain *game online* kepada anak.³⁵ Kesamaan penelitian peneliti dengan penelitian terdahulu yaitu berkaitan dengan subyek yang ditelitinya. Sedangkan hal yang membedakannya yaitu penelitian terdahulu membuat jadwal permainan *game online* agar bisa mengurangi kecanduan dalam bermain, sedangkan penelitian ini memiliki fokus pada permasalahan yang dialami remaja dan cara menyelesaikannya dengan menggunakan pendekatan bimbingan konseling Islam.

C. Kerangka Berpikir

Gambar 2.1
Kerangka Berpikir



³⁵ Nurkumalasari, "Peran Bimbingan Orang Tua Dalam Upaya Mengurangi Kebiasaan Bermain Game Online Pada Anak Di Kelurahan Maccorawalie Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang" (IAIN Pareoare, 2016).