

ABSTRAK

Risty Futri Denisa : Layanan Konseling Individu Melalui Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Pada Siswa Berkecanduan Game Online (*Penelitian di Madrasah Tsanawiyah Kifayatul Achyar Kelurahan Cipadung Kecamatan Cibiru Kota Bandung*).

Kecanduan *game online* merupakan perilaku penggunaan game secara berlebihan yang ditandai dengan kesulitan mengontrol waktu bermain, dengan munculnya dorongan bermain secara terus menerus, serta terganggunya aktivitas akademik serta sosial. Gejala tersebut ditemukan pada siswa di MTs Kifayatul Achyar, seperti menurunnya prestasi, tidur di kelas, bolos pelajaran, tidak mengerjakan tugas dan mudah kesal jika tidak bermain. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti ini membahas kondisi siswa yang berkecanduan *game online*, proses layanan konseling individu melalui pendekatan *cognitive behavior therapy*, serta hasil layanan dalam mengurangi kecanduan *game online* pada siswa di MTs Kifayatul Achyar.

Penelitian bertujuan untuk mengetahui kondisi siswa berkecanduan *game online*, mendeskripsikan proses layanan konseling individu melalui pendekatan *cognitive behavior therapy*, serta memahami hasil layanan konseling individu dalam mengurangi kecanduan *game online* pada siswa di MTs Kifayatul Achyar.

Secara teoritis, penelitian mengacu pada teori Griffiths mengenai aspek kecanduan *game online* yang meliputi *salience, tolerance, withdrawal*, dan *interpersonal and health problems*. Selain itu, penelitian ini menggunakan teori *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* yang menekankan hubungan anatar pikiran, perasaan dan perilaku dalam membantu individu mengubah pola pikir dan perilaku maladaptif menjadi adaptif. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan konstruktivisme. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai data pendukung. Sumber data meliputi satu orang guru BK dan tiga orang siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mengikuti layanan konseling, siswa mengalami kecanduan *game online* yang berdampak pada aspek akademik, emosional, dan perilaku. Setelah mengikuti layanan konseling individu melalui pendekatan CBT, terjadi perubahan positif yang ditandai dengan berkurangnya intensitas bermain game, meningkatnya kemampuan mengontrol dorongan bermain, membaiknya kedisiplinan belajar, serta meningkatnya kesadaran siswa terhadap dampak negatif *game online*. Dengan demikian, layanan konseling individu melalui pendekatan CBT efektif dalam membantu mengurangi kecanduan *game online* pada siswa.

Kata Kunci: Konseling Individu, *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*, Kecanduan *Game Online*, dan Siswa