

		<p>oleh konselor menunjukkan bahwa pada diri konseli nampak gejala – gejala kecanduan <i>game online</i> seperti, bermain <i>game online</i> 3 – 6 jam setiap hari, malas belajar, sering melamun ketika proses belajar di sekolah, berfantasi tentang <i>game online</i> yang ia mainkan ketika sedang tidak bermain, marah – marah tanpa sebab, meninggalkan hobi yang ia senangi, telat untuk makan dan mandi, meninggalkan sholat, tidak peduli terhadap lingkungan sekitarnya, berbohong kepada orang tua mengenai uang yang ia gunakan sehari – hari, berhutang kepada teman demi membeli vocer <i>game online</i> ketika tidak punya uang.</p>
2.	<p>Diagnosa Langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli beserta faktor – faktor penyebabnya.</p>	<p>Dalam hal ini setelah melihat dari hasil identifikasi masalah maka konselor dapat menyimpulkan bahwa konseli mengalami kecanduan <i>game online</i> dan tidak bisa lepas dari bermain <i>game online</i> yang disebabkan oleh beberapa hal seperti, kurangnya perhatian orang tua, komunikasi dengan orang tua yang kurang, kondisi lingkungan sekitar rumah yang tidak adanya anak seusia konseli yang bisa di ajak bermain oleh konseli, perasaan ingin membalas dendam terhadap kakak kelasnya yang tidak bisa ia lakukan di dunia nyata, dan perasaan ingin mendapatkan anggapan hebat dari orang lain yang tidak ia dapatkan di dunia nyata.</p>
3.	<p>Prognosa Langkah untuk menetapkan jenis terapi yang tepat yang akan digunakan sesuai dengan masalah yang dihadapi oleh konseli agar proses konseling dalam membantu menyelesaikan masalah konseli berjalan dengan maksimal.</p>	<p>Dalam hal ini setelah mendapatkan hasil dari diagnosa dan melihat permasalahan konseli beserta faktor – faktor yang menyebabkan masalah itu terjadi, di sini konselor menetapkan untuk menggunakan terapi Rational Emotif Behavior yang dimana terapi ini berfokus untuk mengubah pikiran irasional yang menyebabkan tindakan negatif yang dilakukan konseli menjadi pikiran rasional yang dapat menyebabkan tindakan yang positif bagi konseli.</p> <p>Dalam pelaksanaannya, konselor menggunakan teknik kognitif yaitu Dispute kognitif yakni berusaha mengubah keyakinan irasional konseli dengan cara mendebat atau menantang keyakinan irasional konseli melalui bertanya langsung pada konseli ketika proses terapi berlangsung. Konselor juga menggunakan menggunakan teknik behavior yaitu pekerjaan rumah seperti membaca, menulis</p>

		dan melakukan aktifitas positif dimana teknik ini dilakukan untuk mengalihkan kegiatan negatif konseli kepada kegiatan yang lebih positif bagi kehidupan konseli.
4.	<p>Treatment / Terapi</p> <p>Langkah pelaksanaan proses terapi yang telah ditetapkan pada langkah prognosa. Adapun terapi yang digunakan adalah terapi Rasional Emotif Behavior. Teknik – teknik dalam terapi Rasional Emotif Behavior yakni :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teknik kognitif, dalam hal ini teknik dispute kognitif yaitu usaha untuk mengubah keyakinan irasional klien dengan cara mendebat atau menantang keyakinan irasional klien melalui bertanya. 2. Teknik Behavior, dalam hal ini teknik pekerjaan rumah / <i>home work</i> teknik seperti aktifitas yang dapat dilakukan oleh klien untuk mengalihkan / mengganti aktifitas yang tidak baik sebelumnya seperti membaca, menulis, berpikir, relaksasi, serta aktifitas positif lainnya. 	<p>Dalam hal ini konselor mulai melaksanakan proses terapi yang telah ditetapkan pada langkah prognosa yakni menggunakan terapi Rasional Emotif Behavior yang dibagi dalam 3 tahap yakni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dalam tahap ini konselor melakukan proses terapi dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa ia tidak rasional, hal ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa ia menjadi tidak rasional. Dari pikiran – pikiran tidak rasional itulah yang menyebabkan konseli mengalami kecanduan <i>game online</i> dan tidak bisa lepas dari bermain <i>game online</i> tersebut. Pikiran tidak rasional itu seperti bahwa hanya dengan bermain <i>game online</i> dia bisa membalas rasa kesal kepada kakak kelasnya yang pernah menyakitinya dan pikiran karena ia takut kehilangan anggapan hebat dari orang lain dan takut kalau level karakternya dikalahkan oleh teman – temannya. 2. Dalam tahap ini konselor memberi pemahaman kepada konseli bahwa ia memiliki potensi untuk merubah pemikiran tidak rasional tersebut dan meyakinkan konseli bahwa dirinya bisa menantang dan merubah pikiran tidak rasionalnya dan tindakan negatifnya. Konselor mendebat dan menantang pikiran tidak rasional konseli yang menyebabkan ia tidak bisa lepas dari bermain <i>game online</i> dengan pertanyaan – pertanyaan teknik dispute kognitif, seperti ketika konseli mengatakan bahwasannya dirinya tidak bisa lepas dari bermain <i>game online</i> karena rasa ingin membalas kekesalan dia terhadap kakak kelasnya yang pernah menyakitinya yang tidak bisa ia lakukan di dunia nyata akhirnya dia membalasnya di dunia maya, dalam hal ini konselor mendebat pemikiran tersebut dengan bertanya langsung kepada konseli apa benar dengan membalas rasa kesal itu dengan cara bermain <i>game online lost saga</i> adek

		<p>bisa puas dan sudah tidak kesal lagi ? apa buktinya dek ? apa itu bukti yang kuat dek? Tapi kan pada Kenyataannya pean selalu bermain lagi dan lagi berarti hal itu menunjukkan bahwa pean tidak pernah puas. Kemudian konselor juga memberikan penjelasan bahwasannya ketika konseli bermain <i>game online</i> setan sudah memasuki hatinya dan berbisik kepadanya dengan kata yang dihiasi keindahan. akal kita yang digunakan sebagai untuk keinginan dan perbuatan yang baik dan buruk akan kalah dengan nafsu dari syaitan yang di hiasi dengan kata – kata indah tersebut, sehingga akal pun akan mengikuti nafsu tersebut dan menggunakan kecerdasannya dengan cara apapun untuk mewujudkan keinginan dan perbuatan buruk tersebut. Seperti ketika ada event item / karakter yang langka dan konseli sedang tidak ada uang, konseli akan rela berhutang kepada teman demi membeli vocer <i>game online</i> karena disitu setan sudah berbisik dalam hati konseli dengan di hiasi kata – kata indah : “ ayo beli item / karakter itu, kapan lagi kamu bisa memilikinya, item / karakter langka itu hanya keluar sekali itu, masalah uang kan gampang kamu hutang saja pada temenmu kan besok kamu dapat uang lagi dari orang tua dan bisa membayar hutang itu.</p> <p>3. Dalam tahap akhir ini konselor memberikan dorongan kepada konseli untuk mengembangkan pemikiran rasionalnya dengan disertai tindakan positif yang akan ia lakukan untuk mewujudkan perubahan kearah lebih baik. Konselor membantu konseli untuk memunculkan ide - ide dan rencana tindakan yang akan ia lakukan demi membantu terwujudnya pemikiran rasionalnya tersebut. Konselor juga memberikan saran kepada konseli tindakan – tindakan apa saja yang bisa membantu dia untuk mewujudkan pemikiran rasional tersebut. Seperti pemikiran konseli yang ingin membahagiakan orang tua dengan masuk SMP Negeri, tentunya hal itu harus diwujudkan dengan tindakan positif seperti harus belajar dengan tekun dan memperhatikan</p>
--	--	---

		<p>dengan sungguh – sungguh ketika proses belajar di sekolah saat guru membahas prediksi soal – soal UN dan berdoa kepada Allah setelah sholat. Konselor memberikan saran bahwa untuk lepas dari bermain <i>game online</i> tidak bisa dilakukan secara langsung, konseli harus pintar – pintar membuat strategi yakni yang awalnya konseli bermain <i>game online</i> setiap hari selama 3 – 6 jam, kini konseli harus mulai mengurangnya misalnya 1 minggu 2 kali dan hanya 1 – 2 jam saja. Kemudian mengalihkan kumpulan teman dari kumpulan teman yang suka bermain <i>game online</i> ke kumpulan teman yang suka belajar, mengaji, maupun olahraga sepak bola, karena perubahan seseorang itu bisa berasal dari kumpulannya dan teman – temannya.</p> <p>Di samping itu konselor juga bekerja sama dengan orang tua konseli untuk mewujudkan keinginan konseli yang ingin berubah menjadi lebih baik. Konselor menceritakan bahwasannya selama ini konseli kecanduan bermain <i>game online</i> yang mengakibatkan tindakan negatif seperti malas belajar, berbohong kepada orang tua mengenai uang yang digunakan, sering melamun ketika proses belajar di sekolah. Konseli sangat memerlukan dukungan dari orang – orang sekitarnya khususnya orang tuanya untuk bisa berubah ke arah yang lebih baik. Konselor memberikan saran kepada orang tua konseli agar memasukkan konseli ke sebuah klub sepak bola maupun futsal karena konseli sudah menginginkan hal itu sejak lama yang sampai saat ini belum terpenuhi.</p>
5.	<p>Evaluasi / Follow up Langkah ini digunakan untuk melihat sejauh mana perubahan yang terjadi pada diri konseli setelah proses konseling yang dilakukan oleh konselor.</p>	<p>Dalam hal ini konselor melakukan langkah evaluasi / follow up dengan melakukan observasi dan wawancara kepada konseli serta melakukan wawancara kepada orang tua konseli, teman konseli, dan pemilik warnet tempat konseli bermain <i>game online</i>. Konselor melihat adanya perubahan kearah yang lebih baik pada diri konseli baik itu pikiran maupun tindakan konseli, tetapi perubahan yang terlihat secara bertahap dan tidak menyeluruh. konseli sudah bisa lepas dari bermain <i>game online</i></p>

Berdasarkan prosentase gejala - gejala yang nampak pada konseli di atas maka dapat diketahui bahwa dengan bantuan pelaksanaan bimbingan konseling Islam menggunakan terapi Rasional Emotif Behavior menunjukkan keberhasilan dengan hasil perbandingan prosentase yaitu gejala yang sebelum pelaksanaan konseling sering dilakukan menjadi kadang - kadang dilakukan oleh konseli setelah pelaksanaan konseling dengan prosentase 27 %. Sedangkan untuk gejala - gejala yang sebelum pelaksanaan konseling sering dilakukan konseli menjadi tidak pernah dilakukan konseli sesudah pelaksanaan konseling dengan prosentase 73 %.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam pemberian bimbingan konseling islam dengan terapi Rasional Emotif Behavior dalam menangani kasus seorang anak usia SD yang kecanduan *game online* yang dilakukan oleh konselor dapat dikatakan cukup berhasil dengan prosentase 73 % hal ini sesuai dengan standar uji yang tergolong dalam kategori 60 % sampai dengan 75% yang dikategorikan cukup berhasil.