



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**Terapi Bermain Gegasak Untuk Mengatasi
Kecanduan Game Online Pada Seorang Anak
Di Pantan Tengah Aceh**

Skripsi

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam
memperoleh Gelar Sarjana S.Sos.

Oleh:

Maulida Rizki MP (B53217065)

**Program Studi Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya 2021**

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maulida Rizki MP

NIM : B53217065

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan bahwa skripsi yang berjudul *Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online pada Seorang Anak di Pantan Tengah Aceh* merupakan karya saya sendiri.

Jika terdapat pelanggaran pada skripsi saya ini, maka saya akan bersedia untuk diberikan sanksi sebagaimana yang telah ditetapkan.

Aceh, 03 Januari 2021

Yang membuat pernyataan



Maulida Rizki MP

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Maulida Rizki MP

NIM : B53217065


Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi
Kecanduan Game Online pada Seorang Anak di
Pantan Tengah Aceh.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 03 Januari 2021

Menyetujui
Pembimbing,



Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd.
NIP. 197008251998031022

PENGESAHAN TIM PENGUJI

**TERAPI BERMAIN GEGASAK UNTUK MENGATASI KECANDUAN GAME
ONLINE PADA SEORANG ANAK DI PANTAN TENGAH ACEH**

Disusun Oleh
Maulida Rizki MP B53217065

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
Pada tanggal 11 Januari 2021

Penguji I,



Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd.
NIP.1970082519980301002

Penguji III



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I
NIP.196303031992032022

Penguji II,



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd.
NIP.197311212005011002

Penguji IV,



Mohamad Thohir, M.Pd.I
NIP.197905172009011007



Surabaya, 13 Januari 2021
Dekan

Dr. Abdul Halim, M.Ag
NIP. 19630725199103100



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Maulida Rizki MP
NIM : B53217065
Fakultas/Jurusan : Dakwah/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : maulidarizkimp99@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Seorang Anak di Pantan Tengah Aceh

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 6 Februari 2021

Penulis

(Maulida Rizki MP)

ABSTRAK

Maulida Rizki MP (B53217065), *Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online pada Seorang Anak di Pantan Tengah Aceh.*

Peneliti mengangkat sebuah masalah terkait bagaimana proses terapi bermain Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh serta hasil yang diperoleh setelah proses pelaksanaan terapi. Adapun langkah-langkah terapi yang diberikan ialah: 1) Konselor menerangkan konsep bermain Gegasak serta menanamkan nilai keislaman, 2) Konselor memandu proses bermain Gegasak. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kualitatif dengan menggunakan analisis deskriptif komparatif. Analisis tersebut ialah untuk mengetahui proses serta keberhasilan pelaksanaan Terapi Bermain Gegasak terhadap seorang anak yang kecanduan game online, serta membandingkan keadaan konseli sebelum dan sesudah melakukan proses terapi, data tersebut diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil analisis, bahwa terdapat pengaruh yang positif dalam penggunaan Terapi Bermain Gegasak untuk seorang anak yang kecanduan game online, Setelah melakukan terapi konseli mengalami beberapa perubahan seperti mulai mengurangi intensitas bermain game online, sudah mau diajak ke TPA bila sedang bermain game online, sudah tidak mengabaikan orang disekitar ketika bermain game online, tidak buang air kecil dicelana saat bermain game online dan tidak mencuri-curi kesempatan untuk bermain game online.

Kata Kunci: *Terapi Bermain, Gegasak, Kecanduan game online*

ABSTRACT

Maulida Rizki MP (B53217065), *Gegasak play therapy for a child's online gaming addiction in Pantan Tengah Aceh.*

The problem raised in this issue is. How does the Gegasak process of playing therapy solve a child's online gaming addiction in Pantan Tengah Aceh and how is the result after giving Gegasak playing therapy. The method used in this study is a qualitative method using a descriptive analysis. The analysis is to know the process and success of the implementation of targeted play therapy on an on-line gaming addiction child, as well as his preconditioned state of counseling before and after the therapy process, the data comes from interviews, observation and documentation. Based on analysis, there have been positive effects in the use of gegastic playing therapy for an on-line - game addict child. After performing some changes such as becoming attracted to something more positive, as well as reduction in the intensity of play though not high.

Keywords: *play therapy, gegasak, online games addiction*

المخلص

، علاج التسرع باللعب للتغلب على إدمان الألعاب عبر الإنترنت في طفل في بانتان تينجاه آتشيه.

Gegasak المشاكل التي أثبتت في هذا العدد هي . كيف هي العملية العلاجية للعب Pantan Tengah Aceh؟ للتغلب على إدمان الألعاب عبر الإنترنت لدى طفل في الطريقة المستخدمة في هذه الدراسة هي طريقة نوعية باستخدام التحليل الوصفي. يهدف التحليل إلى تحديد عملية ونجاح تنفيذ علاج اللعب السريع لطفل مدمن على الألعاب عبر الإنترنت ، بالإضافة إلى مقارنة حالة المستشار قبل وبعد إجراء عملية بناءً على . العلاج ، يتم الحصول على البيانات من المقابلات والملاحظة والتوثيق نتائج التحليل ، هناك تأثير إيجابي في استخدام العلاج باللعب المتسارع لطفل مدمن بعد العلاج ، مر المستشار بالعديد من التغييرات ، مثل على الألعاب عبر الإنترنت الاهتمام بفعل المزيد من الأشياء الإيجابية ، وتقليل شدة اللعب على الرغم من أنها لم تكن مثالية.

الكلمات المفتاحية: لعب العلاج ، أسرع ، إدمان الألعاب عبر الإنترنت

DAFTAR ISI

Judul Penelitian (sampul).....	i
Persetujuan Dosen Pembimbing.....	ii
Pengesahan Tim Penguji.....	iii
Motto dan Persembahan.....	iv
Pernyataan Otentisitas Skripsi.....	v
Abstrak	vi
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel	xiii

BAB 1 : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Definisi Konsep.....	6
F. Sistematika Pembahasan.....	11

BAB II : KAJIAN TEORITIK

A. Kerangka Teoritik.....	15
1. Pengertian Terapi Bermain.....	15

2. Permainan Gegasak.....	18
3. Game Online.....	24
4. Kecanduan Game Online.....	29
5. Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online.....	31
B. Perspektif Islam.....	32
1. Islam Agama yang Realistis.....	32
2. Konteks Bermain dalam Islam.....	33
3. Bermain Sebagai Pendidikan dalam Islam.....	34
4. Kisah Rasulullah yang Memuliakan Anak- Anak.....	35
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	40

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	44
B. Lokasi Penelitian.....	44
C. Jenis dan Sumber Data.....	44
D. Tahap-tahap Penelitian.....	44
E. Teknik Pengumpulan Data.....	45
F. Teknik Validitas Data.....	46
G. Teknik Analisis Data.....	47

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	49
B. Penyajian Data.....	54
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	78
1. Perspektif	
Teori.....	78
2. Perspektif Islam.....	81

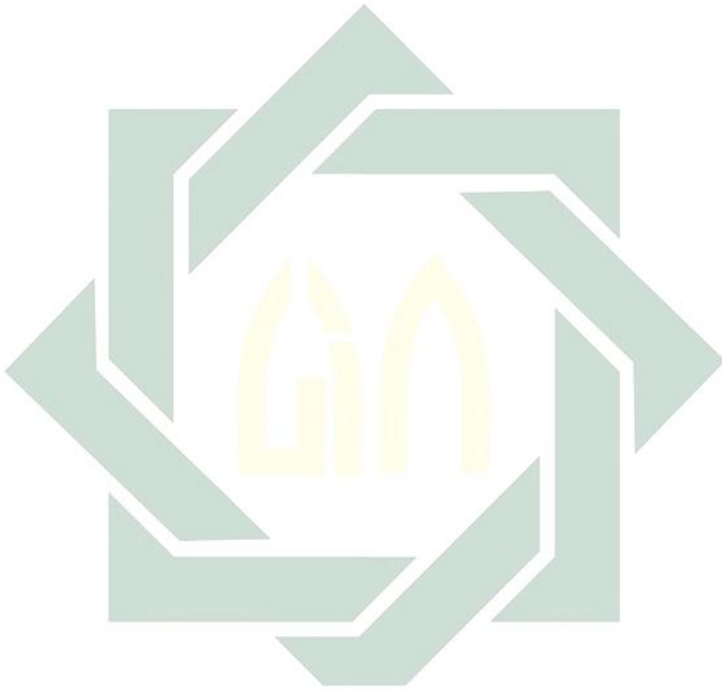
BAB V: PENUTUP

A. Simpulan.....	82
B. Rekomendasi	82
C. Keterbatasan Penelitian.....	82

Daftar Pustaka

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Tabel perubahan perilaku	76



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanak-kanak merupakan masa yang begitu menyenangkan. Bahkan Rasulullah SAW menaruh perhatian yang begitu besar kepada anak-anak.²³ Jika diingat kembali, betapa senangnya kita dahulu menghabiskan waktu bersama teman. Bermain bersama, belajar, mengaji dan membuat sesuatu yang di anggap menarik. Akan tetapi Saat ini moment seperti itu sangat jarang kita temukan. Teknologi yang semakin canggih perlahan menghapusnya. Ditambah lagi masa pandemi yang mengharuskan pelajar Indonesia untuk mengikuti proses belajar-mengajar secara Daring dengan tujuan untuk memenuhi standart pendidikan serta mengurangi penularan Covid-19.⁴ Hal ini membuat anak-anak semakin sering menghabiskan waktu bersama *smartphone* miliknya.

Smartphone atau ponsel cerdas memiliki kemampuan seperti komputer dimana dia menggunakan internet yang sudah bisa bekerja canggih menyerupai komputer⁵.

Smartphone adalah salah satu alat yang menyediakan banyak aplikasi.⁶ Tentu hal ini membuat orang berlama-lama dihadapan *smartphone*, dan kini sudah menjadi benda yang

² Miftahul Jannah, "Tugas-Tugas Perkembangan Pada Usia Kanak-Kanak," *Journal of Child and Gender Studies*, Vol. 1 No. 2, 2015, hlm. 97.

³ Utami Budiayati, "Menanamkan Ajaran Rasulullah SAW dalam Menididik Anak Sejak Usia Dini," *Jurnal Pendidik Anak Cerdas dan Pintar*, Vol. 4 No. 1, 2020, hlm. 27.

⁴ Roida Pakpahan dan Yuni Fitriai, "Analisa Pemanfaatan Teknologi Informasi Dalam Pembelajaran Jaraj Jauh di Tengah Pandemi Virus Corona Covid-19," *Jurnal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research*, Vol. 4 No. 2, 2020, hlm. 31.

⁵ "http://id.m.wikipedia.org/wiki/ponsel_cerdas

⁶ M. Gustin Sobry, "Peran *smartphone* Terhadap pertumbuhan Anak", *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, Vol. 2 No. 2, 2017, hlm. 25.

tak bisa dipisahkan dari pemiliknya, segala informasi dan kebutuhan pribadi pun dapat diperoleh melalui *smartphone* tersebut.

Kebanyakan dari orang Indonesia mampu menghabiskan waktu 5,5 jam per harinya menggunakan *handphone*. Hal tersebut diketahui berdasarkan hasil penelitian lembaga riset GFK terkait perilaku penggunaan internet di Indonesia.⁷ Oleh karena itu saat ini kita sering sekali melihat anak-anak menghabiskan waktu luangnya untuk bermain bermacam game online pada *smartphone* miliknya hingga terkadang sampai terlupa tugas-tugas kehidupannya yang nyata.⁸ Terlebih lagi seiring berkembangnya teknologi berbagai macam game online pun dapat di akses dengan mudah oleh anak-anak.

Penggunaan *smartphone* yang cukup lama tentunya dapat merugikan penggunanya baik orangtua maupun anak-anak. Mulai dari tersia-sianya waktu, mengganggu kesehatan,⁹ gangguan tidur,¹⁰ hingga kurang peduli dengan orang-orang yang berada disekitar.

مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ

⁷<http://amp.kompas.com/tekno/read/2016/12/19/09410067/pakai.ponsel.5.5.jam.sehari.orang.indonesia.ngapain.saja>.

⁸Dwi Christina Rahayuni, “Studi Tingkat Kecemasan Remaja No Mobile Phone Phobia (Nomophobia),” *Jurnal Keperawatan*, Vol. 7 No.1, 2019, hlm. 50.

⁹ Dindin Syahyudin, “Pengaruh Gadget Terhadap Pola Interaksi Sosial dan Komunikasi Siswa,” *Jurnal Kehumasan*, Vol. 2 No. 1, 2019, hlm. 277.

¹⁰ Jordan Efraim Palar, “Hubungan Peran Keluarga Dalam Menghindari Dampak Negatif Penggunaan Gadget Pada Anak Dengan Perilaku Anak Dalam Penggunaan Gadget”, *Jurnal Keperawatan*, Vol. 6 No. 2, 2018. Hlm. 4.

“Di antara kebaikan islam seseorang adalah meninggalkan hal yang tidak bermanfaat” (HR. Tirmidzi no. 2317, Ibnu Majah no. 3976. Syaikh Al Albani mengatakan bahwa hadits ini *shahih*).¹¹

Bermain game online secara berlebihan tidaklah berdampak positif bagi pelakunya, justru akan menimbulkan banyak kerugian-kerugian pada dirinya. Penggunaan *smartphone* lebih dari 4 jam dalam sehari dapat memperparah kecenderungan adiksi/ kecanduan.¹² Menurut Ma'rifatul dan Nuryono, kecanduan merupakan sebuah keterlibatan secara terus-menerus pada sebuah aktivitas, meskipun aktivitas tersebut akan mengakibatkan konsekuensi yang negatif¹³ Layaknya pecandu game online, yang terus menerus bermain tanpa memperdulikan akibatnya. Dan selalu berusaha agar dapat bermain. Oleh sebab itu anak yang sudah kecanduan game online perlu untuk diajak meyibukkan diri dengan hal-hal yang lebih positif dan menyenangkan namun tidak merugikan sang anak, seperti bermain bersama teman ataupun bersama kedua orang tua. Terapi bermain dianggap dapat membantu menghilangkan batasan atau hambatan dalam diri, serta mengatur kecemasan dan emosi, dengan

¹¹ Meri Septriyanti Yurida, skripsi: “Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadits Rasulullah Saw. dan Pengembangan dalam Bimbingan Islam” (Banda Aceh: UIN Arranirry, 2019), hal. 51.

¹² Anisa Nurul Utami, dkk, “Dampak Negatif Adiksi Penggunaan Smartphone Terhadap Aspek-Aspek Akademik Personal Remaja”, *Jurnal Perspektif Ilmu Pendidikan*, Vol. 33 No. 1, 2019, hlm. 3.

¹³ Ma'rifatul Laili, Nuryono, “Penerapan Konseling Keluarga untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 21 Surabaya”. *Jurnal BK*. Vol. 5, No. 1, 2015, hal. 200-207.

tujuan untuk mengubah perilaku anak yang tidak sesuai menjadi tingkah laku yang sesuai atau diharapkan.¹⁴ Dalam hal ini terapi bermain dapat digunakan untuk mengatasi anak yang kecanduan game online. Dengan mengajaknya bermain maka akan mengurangi waktu anak untuk bermain game online, namun anak tetap merasa gembira dan tidak bosan serta mendapatkan banyak manfaat untuk perkembangannya setelah bermain.

Konseli merupakan seorang anak yang masih duduk dibangku kelas 5 SD. Tinggal di Pantan Tengah Aceh, yang saat ini mengalami kecanduan game online. Konseli meninggalkan beberapa kewajibannya demi bermain game online, konseli asyik beermain game sampai enggan berangkat mengaji, enggan belajar dan bermain bersama teman-teman. Konseli juga sering mengabaikan panggilan ibunya saat asyik bermain, bahkan konseli juga kerap kali buang air kecil di celana saat sedang bermain game online. Karena konseli merupakan masih kanak-kanak, maka konselor memberikan terapi yang mudah diterima oleh anak tersebut, yakni terapi bermain. Konseli juga merupakan pecandu game online *Free Fire*, yakni game online yang bernuansa perang-perangan. Karena hal tersebut konselor memberikan terapi bermain *Gegasak*, yakni salah satu permainan yang dapat dimainkan dengan nuansa perang.

¹⁴ Noverita, dkk, "Play Therapy on Anxiety Levels of Children Aged 3-5 Years Old Treated at Community Healt Centre", *Jurnal Ilmu Keperawatan*, Vol. 5, No. 2, 2017, hlm. 73.

Setiap daerah memiliki permainan tradisional yang sangat menarik dan menyenangkan untuk di mainkan. Daerah Gayo (Aceh) terkenal dengan permainan Gegasaknya. Yakni permainan tembak-tembakan yang dibuat dari bambu yang berukuran kecil (bambu ines), dengan lubang seperti ibu jari, kemudian anak tembak dibuat dari bunga pohon Pete yang belum merkar atau boleh juga dari kertas yang dibasahi air. Dilengkapi pula dengan gagang tembak yang dibuat dari bambu berukuran seperti tulang layangan. Cara memainkannya sangat mudah, cukup mengisi lubang Gegasak dengan anaknya kemudian didorong dengan gagang tembak, maka akan menghasilkan bunyi yang cukup keras dan tidak membahayakan. Terapi bermain Gegasak ini akan dimainkan dengan nuansa yang islami, yakni mengawalinya dengan membaca taawuz dan basmalah, serta mengucapkan alhamdulillah apabila berhasil menembak musuh. Konseli juga diarahkan untuk berimajinasi bahwa konseli sedang menembak syetan yang selama ini telah menghasutnya ke jalan yang buruk. Serta menembak keburukan yang telah dilakukan. Konseli juga memerankan sebuah tokoh yang dapat dijadikan panutan seperti, Teuku. Umar, Aman Dimot dan para pejuang Aceh lainnya. Dengan bermain Gegasak konseli juga dapat merasakan nuansa berperang, serta dapat menembak musuh layaknya sedang bermain game online.

Dari paparan singkat di atas maka peneliti tertarik untuk sedikit lebih mendalami tentang bagaimana memasuki dunia anak menggunakan terapi bermain. Menggunakan permainan Gegasak agar ia bisa mengatasi perilaku kecanduan game online. Sehingga peneliti mengangkat sebuah judul **“Terapi**

Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online pada Seorang Anak di Pantan Tengah Aceh”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah yang diajukan adalah:

1. Bagaimana Proses Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Seorang Anak di Pantan Tengah Aceh?
2. Bagaimana Hasil Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online di Pantan Tengah Aceh?

C. Tujuan Penelitian

Berikut ini merupakan tujuan penelitian yang dilakukan, yakni sebagai berikut :

1. Mengetahui proses dan model penerapan terapi bermain menggunakan Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh
2. Mengetahui bagaimana hasil terapi bermain Gegasak dalam mengatasi kecanduan game online seorang anak di Pantan Tengah Aceh

D. Manfaat Penelitian

Berikut beberapa manfaat dari penelitian yang dilakukan, yakni sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a) Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan pemikiran bagi pembaca dan peneliti tentang terapi bermain Gegasak dalam mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh
 - b) Sebagai sumber atau informasi atau referensi tentang kegiatan terapi bermain Gegasak dalam

mengatasi kecanduan game online pada seorang anak

2. Manfaat Praktis

- a) Penelitian ini diharapkan mampu menjadi solusi untuk mengatasi anak yang terindikasi kecanduan game online dengan menggunakan terapi bermain Gegasak.
- b) Bagi konselor, diharapkan dapat menjadikan terapi bermain gegasak sebagai sebuah pendekatan dalam menangani kasus yang serupa.

E. Definisi Konsep

1. Terapi Bermain

Bermain ialah sebuah kegiatan yang dapat mengekspresikan diri dengan tidak terpaksa dan dilakukan dengan perasaan yang senang.¹⁵ Bermain adalah hak setiap anak dan memang dunia anak adalah dunia bermain. Bermain juga dapat menjadi sebuah cara untuk mengembangkan berbagai macam kemampuan, seperti kemampuan motorik, yakni kemampuan untuk bergerak dan melakukan berbagai kegiatan-kegiatan fisik.¹⁶ Anak memerlukan media untuk dapat mengekspresikan perasaan, kita dapat mengajak anak mengekspresikan perasaannya dengan bermain.¹⁷ Saat bermain anak dapat mengekspresikan emosi.¹⁸ Dan dapat mempelajari banyak hal seperti mengenal aturan, bersosialisasi, kerja sama dan

¹⁵ Naili Rohmah, "Bermain dan Pemanfaatannya dalam Perkembangan Anak Usia Dini", *Jurnal Tarbawi*, Vol. 13, No. 2, 2016. Hlm.1

¹⁶ Prayitno, *Anakku Penyejuk Hatiku*, (Bekasi:Pustaka Tarbiyatuna, 2003).

¹⁷ Noverita, "Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak Usia 3-5 Tahun yang Berobat di Puskesmas", *Jurnal Ilmu Keperawatan*, Vol. 5 No. 2, 2017, hlm. 74

¹⁸ Dera Alfiyanti, "Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah" *Jurnal Keperawatan*, Vol. 1 No. 1, 2007. hlm. 36.

menjunjung tinggi sportivitas.¹⁹ Terapi bermain sangatlah beragam bahkan setiap daerah tentunya memiliki berbagai macam permainan tradisional yang sangat menyenangkan. Seperti patok lele dari Jawa Barat, ceklen dari Sulawesi, sepak sawut dari Kalimantan dan masih banyak lagi.

2. Gegasak

Gegasak yakni permainan tradisional daerah Gayo yang berupa tembak-tembakan yang dibuat dari bambu yang berukuran kecil (bambu ines), dengan lubang seperti ibu jari, kemudian anak tembak dibuat dari bunga pohon Pete yang belum merkar atau boleh juga dari kertas yang dibasahi air. Dilengkapi pula dengan gagang tembak yang dibuat dari bambu berukuran seperti tulang layangan. Cara memainkannya sangat mudah, cukup mengisi lubang Gegasak dengan anaknya kemudian didorong dengan gagang tembak, maka akan menghasilkan bunyi yang cukup keras dan tidak membahayakan.

3. Game Online

Game online ialah salah satu dari berbagai macam aplikasi pada komputer maupun *smartphone* yang cukup banyak digunakan dan dinikmati oleh pengguna media elektronik sekarang ini²⁰. Semakin pesatnya perkembangan teknologi, maka game online juga mengalami perkembangan yang luar biasa dan diciptakan dengan berbagai macam tampilan dan cara bermain. Mulai dari game yang memiliki fitur sederhana sampai dengan game yang memiliki fitur yang bagus dan sangat menantang apabila dimainkan. Terdapat perbedaan yang

¹⁹ Mulyasa, *Manajemen PAUD*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 166.

²⁰ Wijaya Ariyana & Deni Arifianto, *Cara Top Bikin Komputer Top*, (Jakarta: Kawan Pustaka, 2009), hlm.54

cukup banyak anatar game online dengan game lainnya, yakni pemain game online dapat menemukan banyak lawan bermain meskipun saling berada di lokasi yang berbeda. Pada dasarnya anak memanglah dianggap suka bermain game baik itu game online ataupun game tradisional. Bermain game sebenarnya tidaklah berdampak negatif, karena ada pelajaran yang dapat di ambil dari game tersebut seperti melatih kekompakkan, membantu meningkatkan konsentrasi dan semangat mencapai keberhasilan. Berikut adalah 4 alasan mengapa anak suka bermain game online:²¹

a. Game menyenangkan

Tidak dapat dipungkiri bahwa anak akan merasa bahagia saat bermain game, apalagi setelah penat mengerjakan tugas-tugas yang ada disekolah. Karena pada saat bermain game pula anak-anak akan bebas melepaskan emosi dan ekspresinya. Terlebih lagi apabila game tersebut dimainkan bersama teman.

b. Dinamis dan menantang

Anak-anak yang senang bermain game biasanya menyukai tantangan dan hal ini tentunya akan meningkatkan kreatifitas anak. Dan membuat anak lebih bersemangat dan ceria menghadapi tantangan tersebut. Terlebih lagi game yang memiliki season, semakin tinggi seasonnya, maka akan membuat anak semakin tertantang untuk memainkannya.

c. Belajar akan sesuatu

Banyak pelajaran yang bisa di dapat oleh anak saat bermain game, seperti bermain puzzle. Game ini akan mengasah anak untuk memecahkan masalah, game

²¹ Fitria Rahmadiani, “4 Alasan Anak Suka Main Game”, parenting.orami.co.id, 2018, n.p.

memanah melatih fokus dan konsentrasi, game konstruksi seperti membuat istana, rumah-rumahan untuk mengasah pola pikir, dan masih banyak lagi.

d Menemukan bakat dan cita-cita

Bermain game juga dapat membantu anak menemukan cita-citanya. Banyak anak yang senang bermain game mobil-mobilan pada akhirnya ingin menjadi pembalap, anak yang suka game menyuntik dan melayani pasien ingin menjadi perawat dan dokter, anak yang suka game masak-masakan ingin menjadi seorang chef, anak yang suka bermain game pesawat ingin menjadi seorang pilot dan masih banyak lagi.

Meskipun banyak manfaat yang diperoleh dari bermain game online, akan tetapi, apabila aktivitas tersebut dilakukan secara berlebihan, maka tidaklah baik. Peningkatan penggunaan *smartphone* dapat berakibat buruk karena radiasi dari sinar *smartphone* pada kesehatan, diantaranya ialah fungsi penglihatan, mata menjadi rabun, bengkak, dan mengalami kemerahan.²² Tidak hanya itu, kegiatan bermain game online juga dapat berdampak buruk terhadap psikis (menjadi brutal, tidak sabaran dan egois), kemampuan akademis, serta mempengaruhi aspek sosial dalam kehidupan sehari-hari, yakni mengabaikan orang-orang yang ada disekitar dan enggan berinteraksi.²³ Ketergantungan terhadap game

²² NN, *Smartphone Use in Bed Causes Temporary Blindness*, WebMD Health News. Dikases 6 september 2016, <http://www.medescape.com/viewarticle/865458>

²³ Emira Fitri, Lira Erwinda, dan Ifdil Ifdil, "Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran

online dapat diketahui dari sejauh mana seseorang bermain game secara berlebihan yang dapat menimbulkan dampak bagi pemain game online tersebut²⁴

4. Kecanduan

Kecanduan atau dalam Bahasa Inggris disebut dengan *addiction*, yang mana dalam kamus psikologi dimaknai sebagai sebuah ketergantungan secara fisik terhadap suatu obat bius. Secara umum kecanduan kerap kali dimaknai dalam lingkup terkait dengan penggunaan zat adiktif seperti alkohol, obat-obatan terlarang, ganja dan masih banyak lagi. Menurut KKBI, kecanduan adalah kejangkitan suatu kegemaran (hingga lupa hal-hal yang lain)²⁵ Adapun kecanduan dapat dikur dari waktu penggunaannya, yakni penggunaan akan menghabiskan waktunya sekitar 4-6 jam dalam sehari untuk melakukannya²⁶. Semakin berkembangnya zaman istilah kecanduan tidak hanya sekedar meliputi pada penggunaan zat adiktif, namun termasuk pula pada suatu hal tertentu yang dapat menimbulkan ketergantungan pada pelaku atau penggunanya baik secara fisik maupun psikologis²⁷ dan dapat pula

Bimbingan dan Konseling”, *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 4 No. 3, 2018, hlm. 215.

²⁴ Erizal Novirialdy, “Kecanduan Game Online Pada Remaja”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 27 No. 2, 2019, hlm. 150.

²⁵ Kbbi.web.id

²⁶ Lestari Ayu, “Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewaa Awal”, *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5 No. 2, 2016, hlm. 167.

²⁷ Ganda Yogi Wiguna, “Coping pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online”, *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 5 No. 2, 2018, hlm. 451.

menimbulkan gejala pengasingan diri dari masyarakat.²⁸ Dan tidak dapat dipungkiri jika saat ini bermain game online juga menjadi salah satu hal yang dapat membuat adiksi (kecanduan).

F. Sistematika Pembahasan

Agar memudahkan penyusunan skripsi ini dan terlihat rapi, penulis menyusun sistematikanya sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Bagian awal ini terdiri dari: sampul (judul penelitian), persetujuan pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, pernyataan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, serta daftar isi.

2. Bagian Inti

Bab I. Dalam bab ini berisikan pendahuluan yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan metode penelitian yang meliputi: pendekatan dan jenis penelitian, subjek penelitian, tahap-tahap penelitian, jenis dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta teknik keabsahan data dan sistematika pembahasan.

Bab II. Dalam bab ini berisi tinjauan pustaka yang meliputi kajian teoritik yang terdiri dari 3 bagian yakni: terapi bermain, kecanduan game online, serta terapi bermain Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh, dan ditambah penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III. Dalam bab ini berisi penyajian data yang terdiri dari deskripsi umum subyek penelitian yakni: deskripsi konselor, konseli, deskripsi kepribadian

²⁸ Chapin, J.P 2009. Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono. Jakarta : Rajawali Press.

konseli, deskripsi masalah konseli, dan ditambah dengan deskripsi hasil penelitian.

Bab IV. Dalam bab ini berisi analisis data dimana peneliti menganalisis teori yang ada dengan proses pelaksanaan konseling dilapangan. Pada bab ini juga dilakukan analisis keberhasilan dari proses konseling dengan membandingkan konseli sebelum dan setelah proses konseling.

Bab V. Dalam bab ini berisi penutup yang meliputi kesimpulan dan saran.

3. Bagian Akhir

Dalam bagian akhir ini berisi tentang penutup yang meliputi: kesimpulan dari penelitian, saran-saran, daftar pustaka, dokumentasi, serta lampiran lampiran, dan biodata peneliti.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kerangka Teoritik

1. Terapi Bermain

a. Pengertian terapi bermain

Seorang ahli perkembangan anak (Hughes), di dalam sebuah karya tulisnya yang berjudul *children, play , and development* menerangkan bahwa bermain adalah sesuatu yang tidak memiliki kesamaan dengan bekerja serta belajar. Bermain memiliki lima unsur di dalamnya, yakni: memperoleh kepuasan, memiliki tujuan, bersifat tidak memaksakan dan bebas, serta menyenangkan sehingga dapat dinikmati, Berhayal untuk mengembangkan kreativitas, imajinasi serta melalukannya dengan aktif.²⁹

Hetherington & Park berpendapat bahwa terdapat tiga kegunaan atau fungsi utama bermain, yakni:

- 1) Fungsi kognitif, membuat anak menjelajah lingkungan serta objek-objek yang ada disekitarnya. Dengan sebuah permainan anak dapat meningkatkan kompetensi dan keterampilan dengan cara yang menyenangkan
- 2) Fungsi sosial, dengan permainan anak akan saling berinteraksi dan belajar untuk saling melindungi serta memahami teman-teman maupun peran yang akan dia mainkan
- 3) Fungsi emosi, bermain juga berfungsi memecahkan sebagian emosi anak, belajar

²⁹ Huges, 1999 (dalam Ismail, Andang. 2006. *Education Games menjadi cerdas dan ceria dengan permainan edukatif*. Yogyakarta:Pilar Media.)

mengatasi gelisah, konflik, membebaskan perasaan yang terpendam.³⁰

b. Pola dan jenis Bermain

Menurut Hurlock bermain merupakan aktivitas yang memunculkan kebahagiaan tanpa memperdulikan hasil akhir. Dan membagi bermain ke dalam beberapa pola berdasarkan tahapam perkembangan mulai dari masa bayi sampai dengan kanak-kanak.³¹

1). Pola bermain pada masa bayi

- a) Sensomotorik, adalah termasuk permainan sangat sederhana seperti bayi yang mulai berceloteh, mengggelinding, menendandandang dan lain-lain.
- b) Meniru, mencoba menirukna perilaku orang disekitarnya, seperti menulis dengan pensil, memegang buku bacaan dan lain-lain.
- c) Berpura-pura, saat tahun ke dua bayi biasanya mulai menganggap mobil-mobilan seperti manusia sehingga mengajaknya berbicara.
- d) Permainan, sebelum berusia satu tahun bayi biasanya sudah bias diajak bermain cilukba bersama orangtua.
- e) Hiburan, bayi senang dinyanyikan, mendengar siaran radio, dan melihat gambar-gambar di televisi.

2). Pola bermain pada masa awal anak-anak

- a) Bermain dengan menggunakan mainan, anak menyukai permainan peralatan masak, boneka, robot dan masih banyak lagi.

³⁰ Desminta, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung:PT. Remaja Rosda Karya, 2009), hlm. 142

³¹ Hurlock, *Psikologi Perkembangan edisi ke lima*, (Jakarta:Erlangga, 2002), hlm. 90 & 122.

- b) Dramatisasi, anak-anak mulai menyukai memerankan karakter tertentu seperti polisi, dokter dan lain-lain.
- c) Konstruksi, yakni permainan dengan membuat bentuk-bentuk tertentu baik dari batu bata, balok, pasir tanah liat dan lain-lain.
- d) Permainan, ini melibatkan orang dewasa atau teman-teman serta permainan memiliki aturan, seperti petak umpet dan lain-lain.

Berdasarkan perkembangan kognitifnya menurut Seifert & Hoffnung, membagi permainan ke dalam 4 jenis yakni:³²

- 1) Permainan fungsional (*functional play*)
Permainan ini dapat berbentuk gerakan yang diulang-ulang, layaknya bayi menggerak-gerakkan kakinya kemudian anak berjalan mondar-mandir tanpa ada tujuan yang jelas.
- 2) Permainan dramatik
Merupakan permainan yang dimainkan dengan berpura-pura. Anak bisa untuk mengimajinasikan benda-benda tertentu. Seperti menjadikan batu sebagai mobil-mobilan.
- 3) Permainan konstruktif (*constructive play*)
Permainan yang memanfaatkan benda-benda tertentu untuk membangun sesuatu. Contohnya seperti anak mencoba membangun istana dari pasir ataupun membangun rumah dari ranting-ranting kayu.
- 4) Bermain dengan aturan (*games with play*)

³² Samsiah, "Permainan Catch me mesntsimulasi perkembangan anak".
Jurnal of Indonesia aerly childhood education. Vol. 1, No.2, 2018, hlm. 14.

Permainan ini memiliki aturan yang harus dipatuhi oleh anak-anak agar bias menjadi pemenang.

c) Manfaat bermain

Aktivitas bermain menghasilkan pengaruh yang cukup besar terhadap anak, yakni:³³

- 1) Perkembangan fisik, bermain secara aktif dapat melatih otot anak, yakni motorik halus dan motorik kasar. Karena saat bermain anak akan melakukan banyak pergerakan. Seperti berlari, melompat, berjalan, menggerakkan tangan dan lain-lain.
- 2) Dorongan berkomunikasi, dengan bermain berkelompok ataupun berpasangan anak dapat banyak berkomunikasi sesama teman bermain.
- 3) Penyaluran kebutuhan dan keinginan, dengan bermain anak dapat memenuhi kebutuhannya seperti ingin menjadi pembalap, anak diajak bermain mobil-mobilan. Anak bebas berimajinasi saat bermain
- 4) Sumber belajar, dengan bermain anak dapat mempelajari banyak hal seperti, berbagi, kerjasama, perjuangan, kejujuran dan sportivitas.

Menurut Achroni manfaat bermain bagi anak adalah sebagai berikut:³⁴

- 1) Mendapatkan kebahagiaan dan hiburan
Kegembiraan sangat penting pada tumbuh kembang dan pembentukan karakternya. Anak yang senantiasa bahagia akan menjauhkannya dari stress. Hal itu

³³ Elizabeth & Hurlock (dalam Ismail, Andang), *Education Games menjadi cerdas dan ceria dengan permainan edukatif*, (Yogyakarta:Pilar Media, 2006), N.P

³⁴ Asep Ardianto, "*Bermain sebagai sarana pengembangan kreativitas anak usia dini*". Jurnal Olahraga. Vo. 2, No. 2, 2017, hlm. 37

tentunya sangat bermanfaat bagi kesehatan fisik, mental dan prestasi akademiknya.

2) Meningkatkan kecerdasan intelektual

Dengan adanya aktivitas bermain dan menjelajahi lingkungan sekitar, akan membuat anak belajar tentang banyak hal, seperti dunia satwa, flora, warna-warna yang tampak, peristiwa alam dan lain sebagainya.

3) Mengembangkan motorik halus anak

Motorik halus yakni keterampilan fisik yang menggunakan otot kecil serta membantu anak untuk dapat menggambar, mewarnai, dan lain-lain

4) Mengembangkan kemampuan motorik kasar

Berkaitan dengan keseimbangan tubuh yang melibatkan otot besar atau seluruh anggota tubuh. Seperti melompok, berlari, memanjat dan lain-lain.

5) Meningkatkan konsentrasi

Banyak di antara berbagai macam permainan yang dimainkan dengan penuh konsentrasi agar menjadi pemenang, Hal tersebut tentunya akan meningkatkan konsentrasi anak. Yang mana konsentrasi sangatlah penting dalam menyelesaikan berbagai macam tugasnya dan mengukuti pelajaran saat di sekolah.

6) Meningkatkan kemampuan dalam memecahkan masalah

Banyak permainan yang rumit dan memerlukan logika yang baik untuk merampungkannya, seperti puzzle, teka teki silang dan lain-lain. Kemampuan ini sangatlah dibutuhkan oleh anak untuk menyelesaikan berbagai macam tugas di sekolah dan masalah yang dihadapi dalam kesehariannya saat ini, bahkan hingga anak tumbuh menjadi dewasa.

7) Mendorong spontanitas pada anak

Pada permainan tertentu anak harus spontan dan berpikir cepat dalam bertindak, untuk menjadi pemenang. Permainan ini biasanya permainan yang membuat pemainnya saling berusaha untuk mejadi pemenang.

8) Meningkatkan jiwa sosial anak

Saat anak bermain bersama teman-temannya, anak akan belajar bersosialisasi. Dari interaksi yang dilakukan anak akan berlatih untuk memiliki rasa empati, kejujuran, saling menghargai, saling membantu dan berkerjasama, menghargai perasaan teman, menjaga sikap, serta saling berbagi.

9) Sebagai media penuang pikiran

Bermain akan membuat anak memiliki kesempatan untuk mengekspresikan dan mengungkapkan pikirannya, Seperti anak dapat menjadi siapa saja dan memerankan tokoh apa, sesuai dengan apa yang dipikirkan dan imajinasinya.

10) Untuk kesehatan

Dengan bermain anak akan melakukan banyak gerakan dan aktivitas. Hal ini tentunya akan membuat anak lebih sehat dan jauh dari penyakit obesitas.

2. Permainan Gegasak

a. Sejarah Gegasak

Kehidupan anak-anak di kampung memanglah berbeda dengan anak-anak yang tinggal di kota. Berbagai macam permainan yang biasa dijual di tempat mainan masih sulit untuk didapatkan. Karena kurangnya akses transportasi dan penjual untuk memudahkan permainan-permainan tersebut sampai ke kampung. Oleh sebab itu

banyak anak-anak yang membuat permainan dengan memanfaatkan alam sekitar serta benda-benda yang dapat diolah menjadi sebuah mainan.

Gegasak pada dasarnya hanyalah sebuah permainan berupa tembak-tembakan, namun gegasak memiliki sebuah sejarah dan filosofi tersendiri. Permainan ini dibuat dari bambu untuk mengenang para pejuang Aceh yang berjuang untuk melawan para penjajah Belanda dan Jepang. Salah satu bentuk upaya seseorang melindungi dan mempertahankan diri adalah dengan menggunakan senjata. Tiap-tiap suku di Indonesia tentu mempunyai senjata yang khas yang sesuai dengan kebudayaannya masing-masing. Perjuangan untuk menjadikan negeri ini merdeka penuh dengan dinamika dan romantika. Pasukan dari wilayah Indonesia tidak memiliki persenjataan yang memadai untuk berperang. Sehingga muncul ide dan inovasi yang cukup sederhana oleh KH. Subchi parakan, namun cukup menakutkan bagi tentara musuh. Inovasi tersebut adalah bambu runcing, yakni senjata yang digunakan oleh bangsa Indonesia, termasuk para pejuang-pejuang Aceh untuk melawan penjajah kolonialis Belanda.

Rencong memanglah senjata khas masyarakat Aceh pada zaman penjajahan. Akan tetapi tidak semua dari masyarakat memiliki rencong pada masa itu, karena pembuatannya yang cukup lama. Oleh sebab itu bambu runcing juga merupakan salah satu senjata perang yang juga digunakan saat berperang melawan para penjajah. Perjuangan tersebut sangat dikenang sampai saat ini, hingga orang-orang terdahulu membuat sebuah permainan bersenjata untuk anak-anak dengan memanfaatkan bambu

sebagai senjatanya.³⁵ Permainan ini sangatlah masyhur di dataran tinggi Gayo, Aceh Tengah. Yang diberi julukan “Gegasak”. Meskipun seiringan dengan perkembangan teknologi yang semakin pesat membuat permainan ini sudah jarang dimainkan oleh anak-anak, sehingga sangat perlu untuk dilestarikan kembali. Gegasak juga sering digunakan oleh masyarakat Gayo terutama anak-anak saat musim padi, dengan tujuan untuk menghalau burung-burung yang hinggap di padi tersebut³⁶

b. Komponen Gegasak

Berikut merupakan beberapa komponen permainan Gegasak:

- 1) Bambu ines dengan lubang sebesar ibu jari dengan pancang 30-40 cm.
- 2) Gagang (pendorong peluru gegasak) dari bambu yang dibuat seperti tulang layangan kemudian di bagian atas sisakan bagian untuk memegang dan mendorongnya.
- 3) Peluru gegasak dapat dibuat dari kertas yang dibasahi air maupun bunga pohon petai kecil yang belum mekar, buah kayu manis, kesbeh dan lain-lain.

c. Cara membuat

- 1) Potong bambu ines yang memiliki lubang sebesar jari telunjuk maupun ibu jari sepanjang 30-40 cm. Bambu yang ruasnya lebih panjang akan menghasilkan bunyi yang lebih keras. Sangat disarankan menggunakan bamboo ines karena memiliki ruas yang panjang, sehingga membuat suara peluru gegasak terdengar lebih keras.

³⁵ <https://lintasgayo.co>

³⁶ Warisanbudaya.kemendikbud.go.id

- 2) Dorong lubang bambu dengan kayu yang lebih panjang dari ruas bambu. Guna untuk membersihkan serabut-serabut yang ada di dalamnya. Pastikan bahwa lubang dari ruas bambu tersebut sudah bersih dan tembus saat dipandang ke arah lubang.
 - 3) Ketika memotong ruas bamboo tentunya menyisakan buku (node) dan biasa disebut juga dengan cincin kelopak. Gunakan sisa ruas yang masih memiliki cincin kelopak untuk gagang pendorong peluru.
 - 4) Tancapkanlah bambu yang sudah dipotong dan di poles hingga memiliki ukuran lebih besar dari tulang layangan ke lubang gagang pendorong yang sudah disediakan, hingga jadilah gagang pendorong peluru.
 - 5) Lakukanlah uji coba gagang pendorong peluru ke lubang ruas gegasak yang telah dibuat sebelumnya. Pastikan bahwa pendorong tidak lebih panjang dari ruas gegasak.
 - 6) Lakukan uji coba dan pastikan Gegasak tersebut sudah menimbulkan bunyi saat dimainkan.
- d. Cara Bermain

Persiapan sebelum bermain:

- 1) Permainan ini sebaiknya diawasi oleh orang dewasa agar dapat menjadi penengah jika terjadi cekcok dan perkelahian.
- 2) Pilihlah lokasi bermain yang luas. Agar para pemain bisa bebas bergerak dan memiliki banyak sisi untuk melindungi diri dari serangan peluru Gegasak.

Langkah-langkah :

- 1) Siapkan peluru gegasak yang sudah dibuat dari kertas yang dibasahi air atau bunga pohon petai yang belum mekar.

- 2) Jika lebih memilih peluru gegasak dari kertas yang di basahai air, maka setelah kertas itu benar-benar basah jangan lupa bentuk kertas menjadi bulatan-bulatan kecil.
 - 3) Masukkan peluru tersebut kedalam lubang gegasak kemudian ratakan dengan kepala gagang agar peluru tersebut mudah saat hendak didorong.
 - 4) Fokus dan atur posisi yang tepat agar peluru terlontar ke arah yang hendak dijadikan sasaran.
 - 5) Dorong kuat peluru gegasak yang sudah diratakan dengan gagang gegasak sehingga menghasilkan bunyi dan anak gegasak akan terlontar.
 - 6) Agar permainan ini lebih menyenangkan, maka sebaiknya dimainkan dengan cara berkelompok. Seperti hendakanya berperang. Ada pasukan A dan pasukan B. Kedua pasukan akan diberi pembatas untuk saling berlingung dari peluru Gegasak. Setiap pasukan boleh membuat nama kelompok untuk melambangkan identitas masing-masing. Sebelum berperang setiap pasukan dapat berdiskusi untuk mengatur strategi perang. Pasukan yang menang adalah pasukan yang berhasil mempertahankan dirinya untuk tidak terkena peluru gegasak.
 - 7) Setiap kelompok memilih salah satu orang yang akan dijadikan ketua pasukan
 - 8) Ketua pasukan memberikan arahan kepada anggota kelompok masing-masing terkait strategi perang
 - 9) Pasukan pemenang adalah pasukan yang berhasil menembak pasukan lawan sebanyak-banyaknya. Serta berhasil melindungi diri dari peluru lawan..
- e. Manfaat bermain Gegasak
- Permainan Gegasak merupakan salah satu permainan yang banyak melibatkan anggota gerak pada tubuh.

Pemain dituntut untuk bergerak aktif dalam menembak pasukan lawan dan melindungi diri dari peluru lawan. Permainan ini juga memiliki banyak manfaat bagi pemainnya, yakni:

- 1) Membangkitkan semangat juang heroik
Dalam bermain gegasak, para pemain harus saling mempertahankan wilayahnya masing-masing dengan sebaik mungkin dari peluru-peluru lawan bermain. Hal itu tentunya dapat membangkitkan semangat juang para pemain. Dan seolah-olah sedang memerangkan tokoh juang tertentu saat berperang.
- 2) Membangun kerjasama yang baik
Permainan ini lebih asyik dimainkan bersama-sama dan membentuk kelompok-kelompok, setiap kelompok harus berkerja sama agar mampu mengalahkan pasukan musuh dan saling melindungi dari peluru-peluru lawan. Hal ini tentunya akan melatih para pemain untuk bekerjasama dengan baik.
- 3) Membantu perkembangan motorik
Perkembangan motorik ialah suatu perkembangan pada bidang pergerakan seorang anak.³⁷ Dalam memainkan Gegasak pemain tentunya melakukan banyak sekali pergerakan baik gerakan disaat hendak memainkan Gegasak ke arah lawan dan melindungi diri dari serangan musuh. Hal ini tentunya akan membuat perkembangan motorik anak semakin baik.
- 4) Meningkatkan jiwa kompetitif

³⁷ Uswatun Hasanah, "Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini", *Jurnal Pendidikan Anak*, vol. 5, no. 1, 2016, 721.

Jika permainan ini dimainkan bersama dan berkelompok, maka akan ada kelompok yang menjadi pemenang yakni kelompok yang berhasil melindungi anggotanya dari peluru lawan dan kelompok yang kalah ialah kelompok yang tidak mampu mempertahankan wilayahnya dan anggotanya dari peluru lawan. Hal ini tentunya akan meningkatkan jiwa kompetitif para pemain.

5) Melepaskan ekspresi dan emosi

Saat bermain, anak-anak akan melepaskan dan menunjukkan berbagai macam ekspresi dan emosi seperti ekspresi marah, senang, emosi positif akan menang, dan masih banyak lagi.

3. Game Online

a. Pengertian game online

Game termasuk bagian dari fitur komputer yang diciptakan menggunakan metode serta teknik animasi. Jika hendak membuat game maka sangat penting untuk memahami metode dan teknik animasi. Dan bila ingin mempelajari cara penggunaan animasi, haruslah terlebih dahulu memahami pembuatan game. Karena kedua hal tersebut saling berkaitan. Game merupakan suatu permainan dengan aturan tertentu.³⁸

Game online termasuk deretan aplikasi yang banyak digunakan dan dinikmati oleh pengguna media elektronik saat ini³⁹. Baik kalangan anak-anak, remaja dan dewasa. Game online termasuk jenis aplikasi yang memanfaatkan jaringan komputer, biasanya menggunakan jaringan internet dan sejenisnya serta memanfaatkan wifi, koneksi

³⁸ Agustinus Nilwan, *Pemrograman Animasi dan Game Profesional*, (Jakarta: Elex Media Komputondo, 2007), hal. 75.

³⁹ Wijaya Ariyana & Deni Arifianto, *Cara Top Bikin Komputer Top*, (Jakarta: Kawan Pustaka, 2009), hlm.54

kabel, modem dan lain-lain. Game online diciptakan sebagai layanan tambahan dari perusahaan jasa game online. Dan dapat diakses langsung dari sistem yang telah ada.⁴⁰

Menurut Fitri, game online merupakan sebuah inovasi dari game komputer yang sudah ada, serta termasuk ke dalam penjualan produk menggunakan internet, yakni sebagai fasilitas penyediaan jasa hiburan melalui jaringan internet. Dan setiap pemain dapat terhubung satu sama lain. Dan dapat memeragakan peran-peran serta mengeksplorasinya dengan orang lain.⁴¹

Sejalan dengan kemajuan teknologi yang begitu pesat, game online juga mengalami persemakin eksis dn berkembang dengan cepat. Kini muncul dengan berbagai macam tampilan dan cara bermain. Dari game yang paling sederhana sampai dengan game yang rumit dan sangat menantang

Anak pada umumnya dianggap suka bila diajak bermain game yang berbasis online maupun tidak. Hal tersebut akan membuat mereka merasa senang dan gembira. Karena mereka dapat meluapkan segala emosi dan menuangkan isi pikirannya.

b. Jenis-jenis game online.

⁴⁰ 59Wikipedia.org, *Permainan Darling (Game Online)*.

⁴¹ Fitri Ahyani Radhiani, “Regulasi Emosi *Odapus (Orang Dengan Lupus Atau Systemic LupusErythematosus)*”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 08, No. 01 (Juni, 2012),hal. 2.

Permainan Game online sangatlah beragam, namun game online dapat dibagi berdasarkan jenis permainannya:⁴²

- 1) *Massively Multiplayer Online First Person Shooter Games* (MMOFPS). Permainan ini mengambil sudut pandang orang pertama sehingga seolah-olah pemain sedang berada dalam tokoh karakter yang dimainkan. Contoh permainan ini adalah Point Blank, Quake, Blood, Unreal.
- 2) *Massively Multiplayer online Real Time Strategy Games* (MMORTS), game jenis ini cenderung kepada kehebatan strategi pemainnya, seperti Warcraft dan Age of Empires.
- 3) *Cross Platform Online Play*, game jenis ini dapat dimainkan secara online dari perangkat yang berbeda seperti *Need for Speed Underground*, *Fortnite*, *Rocket League*, *Minecraf*, *Chess Ultra*, *Sea of Thieves*
- 4) *Massively Multiplayer Online Browser Game*, game ini dimainkan pada Mozilla, browser, game sederhana dengan pemain tunggal dan sering disebut dengan flash game.
- 5) *Simulation games*, permainan yang bertanggung jawab atas sebuah tokoh atau karakter dan memenuhi kebutuhan tokoh karakter seperti di dunia nyata seperti games *Second Life*, *Two Point Hosipital*, *Virtual Villager*, *Pocket Academy*, *Avakin Life*.
- 6) *Massively Multiplayer online games* (MMOG), yakni permainan yang dapat dimainkan dengan sekala pemain yang cukup besar. Seperti

⁴² Krista Subakti, “Pengaruh Game Online Terhadap Remaja”, Jurnal Curere, Vol. 1 No. 1, 2017, hlm. 33

Crusaders of Light, Arcane Legends, Dungeon Hunter, Dragon Nest M.

c. Dampak bermain game online

Segala sesuatu tentu ada sisi baik dan buruknya. Layaknya seseorang yang bermain game online, tentu pengguna akan mendapatkan dampak baik dan dampak buruknya, berikut dampak positif dan negatif bagi pemain game online:⁴³

1) Dampak positif

- a) Pengguna lebih cepat memahami cara untuk menjalankan komputer
- b) Memahami Bahasa asing terutama Bahasa Inggris, kebanyakan dari game online yang ada, tampilannya menggunakan Bahasa Inggris dalam . Hal ini tentunya membuat pengguna mengetahui kosa kata Bahasa Inggris yang muncul di tampilan aplikasi game online tersebut.
- c) Memperbanyak teman, tak jarang game online menyediakan fitur untuk dapat menghubungkan seorang pengguna dengan pengguna yang lain, hal ini akan membuat pengguna memiliki banyak teman untuk diajak bermain
- d) Teruntuk pengguna yang telah banyak ID dari salah satu game online-nya yang telah menjadi (GG), maka ia dapat menjualnya kepada pengguna lainnya dan pada akhirnya mendapatkan uang dari penjualan tersebut.

2) Dampak negatif

- a) Menghambur-hamburkan uang

⁴³ Yee, N, *Motivation of Play in Online Games*, (Cyber Psychology dan Behavior, 2013)

Banyak dari game online yang menyenangkan hanya dapat dimainkan saat sedang online, hal ini tentunya akan membuat pengguna harus membeli kuota untuk dapat bermain. Terlebih lagi apabila sudah mulai kecanduan, maka akan terus menerus memenuhi kuota agar dapat bermain game online. Bahkan sudah dijadikan sebagai kebutuhan yang harus dipenuhi.

b) Menyia-nyiakan waktu

Di saat bermain game online, pengguna sering sekali terlarut dalam keseruannya sehingga tanpa disadari waktu terus berlalu tanpa melakukan hal-hal lainnya bahkan terkadang sampai melupakan tugas-tugas dan kewajibannya. Pengguna melewatkan waktu makan, waktu bermain bersama teman, waktu belajar dan mengasah potensi.

c) Menimbulkan adiksi/kecanduan

Seiring berkembangnya zaman, Fitur dan tampilan game online yang semakin menarik dan menyenangkan membuat pengguna semakin enggan meninggalkan *smartphone*-nya. Bahkan bias membuat penggunaanya berjam-jam untuk tak berhenti bermain. Terlebih lagi game online yang memiliki season, tentunya akan membuat pengguna ingin melanjutkan ke season berikutnya.

d) Mengabaikan lingkungan sekitar

Seseorang yang sudah kecanduan bermain game online cenderung akan mengabaikan orang-orang yang ada disekitarnya. Kemampuannya bersosialisasi di dunia nyata

mulai berkurang, karena cenderung menghabiskan waktu bermain game online dan mengurangi pergaulan dengan orang-orang disekitar.

e) Merusak kesehatan

Jika game online dimainkan terus menerus, dapat berdampak buruk terhadap kesehatan seseorang. Baik kesehatan fisik maupun psikologisnya. Tindakan terlalu lama menatap layar *smartphone* akan menimbulkan kerusakan pada mata. Serta membuat anak susah mengontrol emosinya. Jika sudah mengalami kecanduan, pengguna akan merasa resah merada tertekan apabila ada hal yang membuat dirinya tidak dapat bermain game online.

4. Kecanduan game online

a. Pengertian kecanduan

Kecanduan merupakan perasaan yang amat sangat kuat terhadap sesuatu yang diinginkan seseorang untuk dilakukan, oleh sebab itu ia pasti akan berusaha agar dapat melakukan dan mendapatkan sesuatu yang diinginkannya tersebut, seperti kecanduan berbelanja, kecanduan menonton televisi, narkoba, seks bebas, internet dan lain-lain.⁴⁴

Menurut Ma'rifatul dan Nuryonon, kecanduan merupakan sebuah keterlibatan secara terus-menerus

⁴⁴ Lestari Ayu, Sahat Saragih, "*Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online*". Jurnal Psikologi Indonesia. Vol. 5, No. 2, 2016, hlm. 167.

pada sebuah aktivitas, meskipun aktivitas tersebut akan mengakibatkan konsekuensi yang negatif⁴⁵

Kecanduan terhadap game online dapat disebut sebagai perilaku seseorang yang menghabiskan waktunya untuk terus bermain sampai melupakan banyak hal yang harus dilakukannya, hingga pada akhirnya membuat orang tersebut tidak mampu untuk mengontrol dirinya,serta hanya menjadikan kualitas dirinya lebih buruk. Kecanduan game online diakibatkan oleh teknologi internet yang dapat disebut dengan istilah *internet addictive disorder*. Dan yang termasuk salah satunya adalah *computer game addiction* (kecanduan bermain game)⁴⁶ Apabila seseorang telah menghabiskan 4-6 jam waktunya dalam sehari hanya untuk bermain game online, maka orang tersebut sudah dapat dikatakan telah terindikasi sebagai pecandu game online ataupun menderita *computer game addiction*.⁴⁷

b. Aspek kecanduan game online

Adiksi game termasuk kedalam kecanduan dengan kategori gangguan psikologis. Berikut merupakan 4 aspeknya, yakni:⁴⁸

⁴⁵ Ma'rifatul Laili, Nuryono, "Penerapan Konseling Keluarga untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 21 Surabaya". Jurnal BK. Vol. 5, No. 1, 2015, hal. 200-207.

⁴⁶ Young K. 2000. *Cyber-Disorders: The Mental health concern for the New Millennium*. cyberPsychology & Behaviour, Vol. 3 No. 5, 2013, hlm. 475-479.

⁴⁷ Lestari Ayu, Sahat Saragih, "Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online". Jurnal Psikologi Indonesia. Vol. 5, No. 2, 2016, hlm. 167.

⁴⁸ Chen, C.Y. & Chang, S.L, "An Exploration of Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Feature", Asian Journal of Health and Information Sciences. Vol. 3 No. 1, 2008, hlm. 1-4.

- 1) *Compulsion*/kompulsif, ada dorongan dari dalam diri untuk melakukannya secara terus menerus.
 - 2) *Withdrawal*/Penarikan diri, mendorong diri agar menghindari dan mengabaikan orang-orang sekitar.
 - 3) *Tolerance*/toleransi, memberikan banyak toleransi terhadap diri dan memaklumi hal-hal yang telah ditinggalkan sehingga meninggalkan sesuatu yang mestinya tidak boleh ditinggalkan atau dilewatkan begitu saja menjadi terbiasa untuk dilakukan, dan menganggap hal itu bukanlah permasalahan.
 - 4) *Interpersonal and health-related problems*/ hubungan interpersonal dan kesehatan. Pecandu biasanya menhiraukan hubungan interpersonal dengan orang lain. Serta terganggunya kesehatan.
5. Terapi Bermain Gegasak untuk Mengatasi Kecanduan Game Online

Gegasak merupakan sebuah permainan tradisional yang dapat dijadikan sebuah terapi bermain. Permainan ini adalah permainan yang menggunakan bambu sebagai tembak-tembakan. Dan tentunya akan menyenangkan bagi anak dan jauh dari efek negatif layaknya bermain game online. Yang mana apabila terlalu sering dimainkan akan menimbulkan kecanduan atau *computer game addictive* (berlebihan bermain game)⁴⁹ Hal ini tentunya akan merugikan si pemain. Rugi akan waktu yang habis dengan sia-sia, rugi akan rusaknya kesehatan mata dan psikologis.

Dari pengertian diatas, konselor memutuskan untuk menjadikan permainan Gegasak sebagai sebuah terapi

⁴⁹ Soejipto, *Perilaku Adiksi Game Online*, artikel pertiwi, 2007, hal. 3.

didalam mengatasi anak yang kecanduan game online. Kebiasaan seorang konseli yang menghabiskan waktunya untuk bermain game *Free Fire*, akan diberikan sebuah terapi bermain Gegasak, permainan ini tentunya akan disukai pecinta game FF karena dapat dimainkan dengan nuansa seperti berperang. Berikut beberapa tahapan dalam pelaksanaan terapi bermain Gegasak:

- 1) Konselor menerangkan konsep bermain Gegasak serta menanamkan nilai keislaman.
- 2) Konselor memandu proses bermain Gegasak

Terapi ini bertujuan untuk membantu mengurangi intensitas bermain game online serta menghilangkan perilaku-perilaku negatif yang muncul pada konseli akibat kecanduan bermain game online.

B. Konteks Bermain di Dalam Islam

Islam adalah agama yang realistik Islam adalah agama yang dibawa oleh nabi kita, yakni Muhammad Saw. tidak lain untuk menyempurnakan agama-agama yang pernah ada sebelumnya. Agama Islam juga sangat mudah diterima oleh banyak kalangan masyarakat dunia karena memiliki prinsip-prinsip ajaran yang mudah diterima. Islam juga dikenal dengan agama yang memiliki prinsip peribatan yang indah. Serta merupakan rahmat al l alamin, yang mana sang pencipta alam semesta yakni Allah Swt. hanya mengakui islam sebagai satu-satunya agama yang mendapatkan rahmat.⁵⁰ Sebagaimana Allah telah berfirman di dalam Alquran:

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ

⁵⁰ Cici Kusnadi, “Prinsip-Prinsip Ajaran Islam yang Membuat Islam Mudah Berkembang di Dunia”. Jurnal ilmiah ilmu Tarbiyah dan Ekonomi Syari’ah. Vol. 6. No. 10, 2019, hal. 21

Artinya : “Dan tiadalah Kami mengutus kamu, melainkan untuk (menjadi) rahmat bagi semesta alam”⁵¹

Seperti yang telah kita rasakan, bahwa islam sangat mememanusiakan manusia, tidak ada paksaan dan dijalankan sesuai dengan porsi fitrah manusia. Islam secara jamak diakui sebagai agama sekaligus peradaban. Karena islam bukan hanya sekedar agama, namun islam juga merupakan spirit dari sebuah peradaban yang sejarahnya terbentang luas lebih dari 14 abad.⁵² Salah satu bukti spirit peradaban islam ialah disaat Al-Fatih bersama pasukan ustmani mampu menaklukan konstatinopel secara keseluruhan. Islam tidak akan pernah ketinggalan zaman dan islam akan tetap bisa eksis dari masa ke masa. Islam telah mengatur segala sisi kehidupan yang berpedoman kepada Alquran dan hadits. Dimulai dari hal-hal yang sangat sederhana sampai kepada hal-hal yang teramat besar. Sebagai ummat islam, imajinasinya tidak memulu harus tentang keilmuan, diamnya tidak harus terus-terusan untuk berpikir. Ummat islam berhak untuk senang, bermain dan bercanda, selama hal tersebut masih dalam batasanya.

Dunia anak merupakan kehidupan yang penuh dengan bermain. Menurut Seniwawan, bermain merupakan kegiatan langsung sendiri dipilih oleh anak. karena permainan tersebut dirasa menyenangkan serta dimainkan karena diiming-imingi hadiah, upah atau pujian.⁵³ Akan tetapi di

⁵¹ Alquran, Al-Anbiya : 107

⁵² Qosim Nursheha Dzulhadi, “Islam sebagai Agama dan Peradaban”. Jurnal Tsaqafah. Vol. 2, No. 1, 2015, hal. 152

⁵³ Sofia Hartati, *Perkembangan Belajar Pada Anak Usia Dini*, (Jakarta: Direktorat pendidikan Nasioanal, 2005), hlm. 85.

dalam islam telah diberikan perintah agar umat islam tidak menjadikan dirinya lalai terhadap Allah Swt. Serta tidak menyia-nyiaikan waktu dikarenakan asyik bermain hingga meninggalkan kewajiban-kewajiban yang seharusnya dilakukan. Sebagaimana firman Allah di dalam Alquran, yakni sebagai berikut:

وَإِذَا رَأَوْا تِجَارَةً أَوْ لَهْوًا انفَضُّوا إِلَيْهَا وَتَرَكُوكَ قَائِمًا ۗ قُلْ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ مِنَ اللَّهْوِ وَمِنَ التِّجَارَةِ ۗ وَاللَّهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ

Artinya : Dan apabila mereka melihat perniagaan atau permainan, mereka bubar untuk menuju kepadanya dan mereka tinggalkan kamu sedang berdiri (berkhotbah). Katakanlah: "Apa yang di sisi Allah lebih baik daripada permainan dan perniagaan", dan Allah Sebaik-baik Pemberi rezeki. (Al jumuah : 11)⁵⁴

Mendapatkan rasa bahagia, senang atau hiburan diperbolehkan, namu jangan sampai hal tersebut menjadikan kita lalai kepada Allah. Karena melalaikan diri dari Allah Swt. akibat terpengaruh melakukan kesenangan tersebut sangatlah dicela dalam agama islam. Dalam kaitannya terhadap anak, yakni perlu sekali untuk memperhatikan esensi waktu di dalam bermain. Jangan sampai orangtua membiarkan ia bermain sampai melupakan kewajiban ataupun perintah-perintah Allah.

Sudah banyak sekali bahasan yang mengatakan bahwa sebuah permainan dapat mengandung banyak aspek yang membantu perkembangan anak. Setiap orangtua maupun

⁵⁴ Alquran, Al jumuah : 11

educator harus pandai untuk memanfaatkan lingkungan, media, dan alat permainan menjadi lebih edukatif. Dengan menginovasi ciptaan Allah Swt. Layaknya dedaunan yang dapat dijadikan bahan kolase pada pelajaran sains sesuai dengan kreatifitas masing-masing.⁵⁵

Sering sekali bermain terlihat dan tedengar hanya untuk sekedar bersenang-senang dan membuat suasana hati bahagia, akan tetapi nyatanya bermain juga dapat dijadikan sebagai media atau alat untuk belajar, bahkan membuat suasana belajar menjadi lebih menyenangkan. Contoh konkritnya, saat ini telah banyak dijual kartu-kartu mainan anak yang berisikan wawasan yang sangat baik untuk dipelajari. Seperti kartu kumpulan huruf hijaiyah, kartu berhitung, serta kartu warna-warna dalam bahasa Arab dan Inggris dan masih banyak lagi. Kartu ini dimainkan dengan cara tebak-tebakan, sebelum tebak-tebakkan dilakukan, anak terlebih dahulu diajarkan pengetahuan yang ada di kartu tersebut. Bila si anak mampu menjawab sesuai dengan yang ada di dalam kartu tersebut pada saat sesi tebak-tebakan, maka berikanlah apresiasi kepada anak seperti ungkapan “pinter”, “hebat” dan lain-lain. Tentunya anak akan semakin mudah dan merasa menyenangkan untuk diajarkan ilmu agama dan pengetahuan lainnya sambil bermain. Rasulullah merupakan sosok yang penyanyang, santun dan hati yang lembut. Seperti firman Allah dalam Alquran:

⁵⁵ Atik Wartini & Muhammad Askar, “*Alquran dan Pemanfaatan Edukatif pada Anak Usia Dini*”. Jurnal Al-Afkar. Vol. 3, No. 1, 2015, hal. 102.

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ
لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي
الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

“Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya”.⁵⁶

Selain sikap beliau yang lemah lembut, beliau juga sangat menyangi keluarga, baik istri-istri maupun anak-anaknya. Muhammad Nur Abdul Hafizh Suwaid telah menuliskan dalam karangannya yakni *Manhaj at-Tarbiyah an-Nabawiyah lith Thilf*, terkait *prophetic parenting*: cara nabi dalam mendidik anak. Beliau banyak membahasa tentang tata cara beserta sunah Rasulullah ketika bercengkrama anak-anak. Jika Rasulullah lewat di hadapan anak-anak, maka Rasulullah terlebih dahulu mengucapkan salam. Rasul sangat senang bermain, mencium, menggendong dan berbagi makanan kepada anak-anak. Rasulullah juga mengajak anak untuk hadir pada sebuah majelis.

Dicerikan dalam sebuah kisah dari Ibnu Umar serta diriwayatkan oleh Bukhari, Rasul tengah bersama

⁵⁶ Alquran, Ali Imran : 159

sekumpulan orang dewasa dan ada pula Ibu Umar yang masih kanak-kanak pada saat itu. Rasul mengajak mereka dan termasuk juga Ibu Umar untuk bermain tebak-tebakan.⁵⁷

Dari Abdullah bin Buraidah R.A. ia berkata:

“Rasulullah Saw. berkhotbah di hadapan kami. Lalu Hasan dan Husain radhiallahu ’anhuma datang ke masjid dengan memakai gamis berwarna merah, berjalan dengan sempoyongan jatuh bangun (karena masih kecil). Lalu Rasulullah Saw. turun dari mimbar masjid dan menggendong kedua cucu tersebut, dan membawanya naik ke mimbar. Lalu beliau bersabda, “Maha Benar Allah, bahwa harta dan anak-anak itu adalah fitnah (ujian), aku melihat kedua cucuku ini aku tidak bisa bersabar”. Lalu Rasulullah kembali melanjutkan khotbahnya” (HR. Abu Daud no. 1109, dishahihkan Al Albani dalam *Shahih Abu Daud*).⁵⁸

Anak merupakan amanah dari Tuhan. Amanah tersebut haruslah dijaga dan dididik agar kelak menjadi hamba yang shalih dan shalihah. Dan keluarga merupakan tempat utama dalam membentuk karakter anak. Rasulullah Saw. merupakan suri tauladan dalam berbagai aktivitasnya, baik dalam hal yang bersifat duniawi maupun ukhrawi. Termasuk dalam mendidik anak.⁵⁹

⁵⁷ Fitriyan Zamzami, “Sosok Penyayang, Rasulullah SAW Bermain Riang dengan Anak” (<https://republika.co.id/berita/pi5sy2320/sosok-penyayang-rasulullahnak-saw-bermain-riang-dengan-anak>, diakses pada 14 November 2018, 08:18

⁵⁸ <https://muslim.or.id/54818-fikih-ringkas-membawa-anak-ke-masjid.html>

⁵⁹ Kamisah & Herawati, “Mendidik Anak Ala Rasulullah (*Propethic parenting*)”. *Jurnal of Education Science*. Vo. 5, No. 1, 2019, hal. 34.

Sudah menjadi ciri khas di dalam dunia anak-anak untuk saling mengobrol dengan suara yang keras dan bercengkrama bersama teman-teman saat berkumpul. Kebiasaan ini bukanlah suatu hal yang buruk. Bahkan Rasulullah tidak memperbolehkan untuk marah terhadap anak-anak yang ribut saat di masjid. Hal tersebut diperkuat dengan hadist nabi tentang susunan saf dalam shalat yakni saf kaum muslimin laki-laki paling depan dan mengiringnya dengan saf anak-anak. Serta hadits yang menggambarkan sikap Rasulullah terhadap kedua cucunya Hasan dan Husain saat beliau sedang menyampaikan mauizhatil hasanah kemudian cucunya tersebut menghampirinya. Dan Rasulullah pun menggendongnya sejenak.

عن أَبِي بُرَيْدَةَ يَقُولُ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَخْطُبُنَا إِذْ جَاءَ الْحَسَنُ وَالْحُسَيْنُ عَلَيْهِمَا السَّلَامُ عَلَيْهِمَا قَمِيصَانِ أَحْمَرَانِ يَمْشِيَانِ وَيَعْتُرَانِ فَنَزَلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنَ الْمِنْبَرِ فَحَمَلَهُمَا وَوَضَعَهُمَا بَيْنَ يَدَيْهِ (سنن الترمذي، سنن النسائي، ومسنند أحمد)

Artinya : Dari Abu Buraidah, bercerita: Bahwa suatu saat Rasulullah saw. sedang berkhotbah di hadapan kami, lalu datang Hasan dan Husein berbaju merah berjalan dan terjatuh. Nabi saw. turun dari mimbar, menggendong dan membawa mereka di pangkuan baginda. (Sunan Turmudzi, no. 4143; Sunan Nasa'i, no. 1424 dan 1526; dan Musnad Ahmad, no. 23461).

Setiap anak dilahirkan secara fitrah. Fitrah merupakan suatu kemampuan dasar manusia yang dianugerahkan oleh Allah Swt. Ada beberapa komponen dalam fitrah itu sendiri yang mana setiap komponen tersebut merupakan satu kesatuan yang saling melengkapi, yakni : potensi memiliki sebuah naluri, untuk beragama, beriman serta bakat yang ada pada diri manusia.⁶⁰

⁶⁰ Arifin, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hlm. 48

Dari Abu Hurairah Radhiallahu ‘Anhu, bahwa Rasulullah Shallallahu ‘Alaihi wa Sallam bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ (رواه البخاري

Artinya : Dari Abu Hurairah ra, berkata: Nabi saw bersabda: “Setiap anak yang dilahirkan adalah dalam keadaan suci, maka kedua orang-tuanyalah yang membuatnya menjadi Yahudi, Nasrani, atau Majusi”. (Sahih Bukhari, no. hadis: 1401).⁶¹

Anak merupakan aset yang paling berharga bagi orangtua. Sudah menjadi keharusan bagi orangtua harus bisa mendidik anak-anaknya dengan baik. Agar kelak anak-anak tersebut menjadi anak yang shalih dan shalihah. Jika kedua orangtua merupakan sosok orang yang berilmu dan wawasan yang cukup luas maka akan dapat memberikan pembelajaran yang baik bagi anak-anaknya.⁶² Dan tentu begitu pula sebaliknya, Jika orangtua tidak memiliki ilmu dan wawasan yang luas, maka orangtua sulit untuk memberikan pelajaran-pelajaran yang terbaik bagi anaknya. Karena seperti kandungan hadist di atas bahwasanya orangtua yang dapat menentukan anaknya akan mejadi sosok yang seperti apa. Hingga ada sebuah istilah, seorang anak tidak bisa memilah dan memilih untuk terlahir dari seorang ayah dan ibu yang seperti apa. Namun orang tua

⁶¹ Siti Aisyah, “Pendidikan Fitrah dalam Perspektif Hdits”. Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah. Vol. 9, No. 1, 2019, hlm. 53.

⁶² Hadhari, “Tela’ah atas Keteladanan Rasulullah Saw. Dalam Mendidik Anak”. Jurnal Sumbula, Vol. 1, No. 1, 2016, hal. 155.

masih bisa menentukan untuk harus menjadi ayah dan ibu yang seperti apa bagi anak-anaknya kelak.

Relevansinya dengan bermain adalah, orangtua haruslah pandai memilah dan memilih permainan yang baik untuk anaknya, tentunya permainan yang tidak merusak dan tidak menjadikan anak tersebut memiliki perilaku yang buruk dan lalai dari perintah Allah Swt. Anak merupakan peniru yang sangat ulung dalam meniru tingkah laku orang yang ada disekitarnya.⁶³ Dan tentunya jika anak diberikan contoh dan tontonan yang buruk hal ini akan membuat anak sangat cepat untuk menirunya. Layaknya seperti kejadian yang pernah viral, yakni Brenton Tarrant merupakan seseorang yang kacanduan bermain game online perang-perangan, ia tidak mampu mengontrol dirinya, hingga pada akhirnya dia menembak banyak orang yang beribadah di masjid Selandia Baru layaknya sedang bermain game online tersebut.⁶⁴ Oleh sebab itu pilihlah permainan yang dapat membuat anak berperilaku lebih positif setelah memainkannya. Dan tentunya permainan yang tidak akan mengganggu kewajiban dan tugas anak tersebut.

C. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Sudah banyak penelitian yang terlaksana dan dipublikasikan oleh peneliti dari berbagai kalangan. Sehingga memungkinkan terjadi sedikit kemiripan dalam pembahasan yang di paparkan. Berikut ini merupakan beberapa skripsi atau penelitian terdahulu dan relevan dengan skripsi ini, yakni:

1. Moh Badrus Efendi, 2016

⁶³ Wiji Wahyu Styorini & Nedi Kurnaedi, “*Pentingnya Figur Orangtua dalam Pengasuhan Anak*”. Jurnal Psikologi Unissula. Vol. 4, NO. 1, 2018, hlm. 139.

⁶⁴ <https://www.bbc.com/Indonesia/dunia-53922807>

Judul skripsi : “ Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Strategi Restructuring Kognitif Untuk Mengatasi Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya Yang Kecanduan Game Online”

Instansi : UINSA Surabaya

Perbedaan : Penelitian Badrus lebih mengarah kepada pembenahan melalui restructuring kognitifnya, sedangkan peneliti memberikan terapi bermain untuk mengentaskan masalah kecanduan game online tersebut.

Persamaan : Penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif serta membahas mengenai game online dan perilaku kecanduannya.

2. Syayida Miftakhul Wahyu Masitha, 2017

Judul skripsi : “Terapi Bermain Lompat Jingkat Angka Untuk Mengembangkan Kognitif Dalam Mengenal Angka Pada Anak Down Syndrom di PAUD Inklusi Melati Trisula Sidoarjo ”

Instansi : UINSA Surabaya

Perbedaan : Penelitian Syayida tertuju kepada pengembangan kognitif. Sedangkan peneliti tertuju kepada perilaku kecanduan.

Persamaan : Penelitian memiliki kesamaan yakni membahas terapi bermain dan menggunakan pendekatan kualitatif.

3. Syarifah Aisiyah, 2019

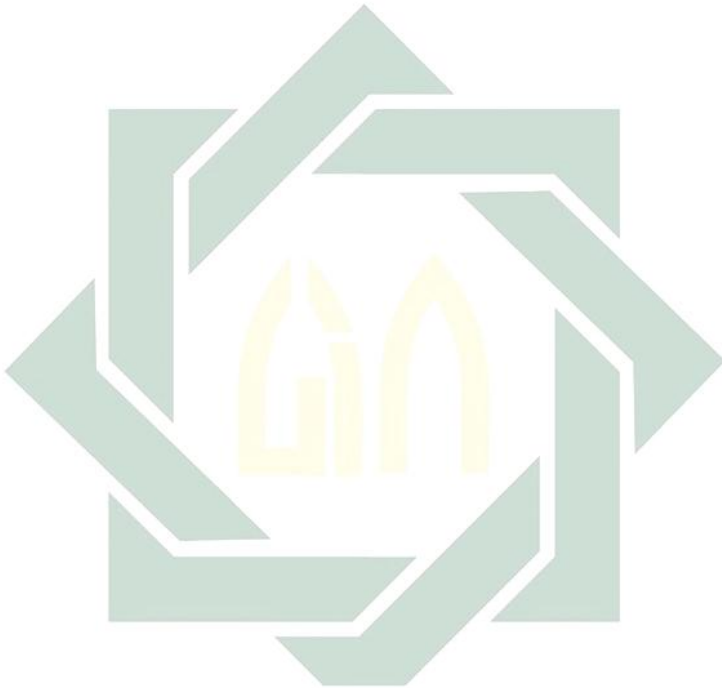
Judul Skripsi : “Bimbingan Konseling Islam Dengan Pendekatan Behaviour Teknik Self Management Dalam Menangani Siswa Yang Kecanduan Game Online”

Instansi : UINSA Surabaya

Perbedaan : Penelitian yang dilakukan oleh Syarifah menggunakan pendekatan Behaviour dengan teknik Self

Management sedangkan peneliti menggunakan terapi bermain.

Persamaan : Penelitian ini sama-sama membahas game online dan perilaku kecanduannya serta menggunakan pendekatan kualitatif.



BAB III

METODE PENELITIAN

Metode merupakan suatu cara yang teratur serta digunakan untuk pelaksanaan suatu pekerjaan agar dapat sesuai dengan yang diharapkan dan sebagaimana mestinya. Dan merupakan sistem yang membantu memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan⁶⁵ Pada dasarnya metode juga termasuk sebuah cara ilmiah untuk memperoleh data-data tertentu.⁶⁶

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dengan mengetahui latar belakang masalah dan judul penelitian, maka pada pembahasan ini penulis menggunakan pendekatan Kualitatif. Yang merupakan pendekatan dengan Suatu prosedur pengambilan data baik melalui wawancara maupun observasi, kemudian data tersebut menghasilkan berbentuk data deskriptif yakni kata-kata tertulis.⁶⁷ Pendekatan kualitatif termasuk pendekatan yang menjadikan peneliti sebagai orang yang utama dalam menggali sebuah data dan memperoleh data yang akurat. Serta lebih fokus terhadap manusia sebagai objek penelitiannya.

Adapun jenis penelitiannya adalah studi kasus, yakni berfokus pada penelitian secara detail, rinci, dan intens pada suatu objek atau latar belakang tertentu. Pendekatan studi kasus sebagai bentuk pendekatan yang memusatkan perhatian secara penuh terhadap sebuah kasus yang hendak diteliti. Hingga memperoleh suatu hasil yang memuaskan.

⁶⁵ (<https://kbbi.web.id/metode.html> diakses pada Kamis, 3 Oktober 2019)

⁶⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Alfabeta: Bandung, 2012), hal. 2

⁶⁷ David Hizkia Tobing, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Denpasar : n.p, 2016), hlm. 8.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun II, Desa Pantan Tengah Kecamatan Rusip Antara, Kab. Aceh Tengah, Prov. Aceh

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis data verbal yakni data yang bersifat non statistik, bukanlah dalam bentuk angka, namun dalam bentuk deskriptif. Berikut merupakan beberapa jenis data yang digunakan:

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh oleh peneliti langsung dari objek penelitian yakni seorang anak yang kecanduan game online di Pantan Tengah Aceh. Peneliti menggali data terkait kebiasaan konseli, permasalahan yang dialami serta dampak-dampak yang timbul dari permasalahan tersebut.⁶⁸

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang peneliti peroleh dari kajian pustaka, dan dari *significant other* yang dianggap mengetahui tentang kebiasaan dan kehidupan konseli sehari-seharinya.

2. Sumber Data

a. Konseli

b. Orangtua konseli

c. Teman-teman konseli

d. Kajian pustaka

D. Tahap-Tahap Penelitian

Peneliti melewati 3 tahapan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Tahap Pra Lapangan

⁶⁸ Harnovinsyah, *Metodelogi Penelitian*, Modul Pusat Bahan Ajar dan Elarning Universitas Mercu Buana, <http://www.mercubuana.ac.id>

Pada tahap ini, Peneliti akan menyusun sebuah rencana penelitian terkait tujuan yang hendak dicapai, memahami konsep yang akan dipakai, serta membaca literature yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan.

2. Tahap Persiapan Lapangan

Pada tahap ini peneliti melakukan persiapan untuk memasuki lapangan, meliputi jadwal kegiatan yang dijabarkan secara rinci, mengurus surat perizinan kepada pihak terkait, menyiapkan peralatan yang dibutuhkan saat terjun ke lapangan seperti pulpen, notes, kamera dan lain-lain yang berguna membantu melengkapai proses memperoleh informasi.

3. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada Tahap ini peneliti memahami latar penelitian. Peneliti pertama sekali akan melakukan pengumpulan data terkait objek yang diteliti. mencari data di lapangan terkait fenomena dan kondisi lingkungan. Selanjutnya penggalan data melalui informan yakni orang terdekat konseli baik saudara maupun teman sekelas, terdekat bahkan tetangga melalui wawancara dan dokumentasi. Proses konseling dijalankan setelah peneliti mengetahui secara jelas terkait permasalahan yang dialami konseli serta peneliti sudah menyiapkan bantuan yang akan diberikan. Peneliti memberikan bantuan berupa Terapi Bermain Gegasak untuk mengatasi Anak yang kecanduan game online. Setelah proses terapi, selanjutnya dilakukan kembali penggalan data untuk mengetahui hasil dari proses terapi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini, yakni:

1. Observasi

Observasi merupakan bentuk pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja, serta bersifat naturalistik⁶⁹ yang diterapkan dalam konteks suatu kejadian natural dan tidak dibatasi kategorisasi-kategorisasi pengukuran. Observasi partisipatif adalah pengamatan pada kegiatan sehari-hari yang dilakukan orang yang sedang diamati. Dalam hal ini peneliti memakai teknik observasi yang bersifat partisipatif aktif, dengan kata lain peneliti juga terlibat aktif pada kegiatan sehari-hari orang yang diamati (konseli). Peneliti dan klien merupakan tetangga. Kerap kali peneliti berkunjung ke rumah klien. Oleh karena itu, peneliti mengetahui beberapa masalah dalam kehidupan klien.

2. Wawancara

Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur, dengan artian peneliti tidak membuat daftar pertanyaan dengan selengkap mungkin. Peneliti hanya menyiapkan poin-poin atau garis besar dari hal-hal yang ingin ditanyakan ketika wawancara.⁷⁰

3. Dokumentasi

Yakni data berupa photo, video terkait tentang konseli baik saat observasi maupun saat melakukan proses terapi.

F. Teknik Validitas Data

Data dianggap valid ialah ketika tidak terdapat perbedaan antara data yang diperoleh peneliti dengan kenyataan yang sebenarnya terjadi pada konseli di lapangan, hal ini dapat dibuktikan dengan keabsahan atau validitas data. Untuk mendapatkan data yang akurat, peneliti memakai teknik *triangulation*, yakni menguji keabsahan data dengan

⁶⁹ Hasyim Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi", *Jurnal At-Taqaddum*, Vol. 8 No. 1, 2016, hlm. 23.

⁷⁰ Pupu Saepul Rahmat, "Penelitian Kualitatif", *Jurnal Equilibrium*, Vol. 5 No. 9, 2009, hlm. 7.

menjadikan data-data yang lain sebagai pembanbing dari data yang telah diperoleh oleh peneliti sebelumnya.⁷¹ Teknik *triangulation* membandingkan data hasil pengamatan dan hasil wawancara. Membandingkan hasil wawancara dengan dokumen lain yang telah diperoleh, serta membandingkan hasil wawancara dari setiap *significant other*. Sebagai kriteria utama yang menunjukkan keabsahan data pada penelitian kualitatif ini adalah sebuah hasil penelitian adalah valid, reliabel dan obyektif.

G. Teknik Analisis Data

Setelah proses pengumpulan data selesai dilakukan, peneliti melakukan sebuah analisa dengan menggunakan teknik deskriptif komparatif, setelah dilakukan pengolahan data, peneliti melakukan analisa dengan menggunakan 2 langkah, yakni:

1. Teknik analisis dengan cara mendeskripsikan perbandingan proses terapi bermain gegasak secara teoritik dan terapi bermain gegasak yang terjadi di lapangan.
2. Peneliti mengamati perilaku yang tampak pada konseli/objek penelitian sebelum dan setelah diberikannya sebuah terapi.

⁷¹ Bachtiar S, "Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif", *Jurnal Teknologi Pendidikan*, Vol. 10 No. 1, 2010, hlm.46.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kampung Pantan Tengah, Kecamatan Rusip Antara, Kabupaten Aceh Tengah. Daerah ini merupakan salah satu dataran tinggi di Provinsi Aceh. Mayoritas masyarakat di daerah ini adalah petani kopi (Kopi Gayo). Daerahnya cukup sejuk, dengan ketinggian 1200m di atas permukaan laut. Jumlah penduduk Aceh tengah pada tahun ini mencapai 215.468 jiwa.⁷² Daerah ini memiliki banyak wisata alam, seperti Danau Laut Tawar, Peteri Pukes, Bur Rintis, Pantan Terong, Bur Telege, Bur Gayo, Atu Belah dan masih banyak lagi.

2. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan fasilitator dalam membantu konseli pada sebuah proses konseling. Konselor juga akan mendampingi konseli dalam mengentaskan masalahnya. Adapun biodata konselor sebagai berikut:

Nama : Maulida Rizki MP
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
NIM : B53217065
Jenis kelamin : Perempuan
TTL : Pantan Tengah, 12 Agustus 1999
Umur : 21 Tahun
Agama : Islam
Alamat Asal : Pantan Tengah, Kec. Rusip Antara, Kab. Aceh Tengah
Riwayat Pendidikan:
a. SDN. 2 Rusip Antara

⁷² disdukcakil.acehtengahkab.go.id

- b. Ponpes Nurul Islam Blang Rakal, Bener Meriah
- c. Dayah Ruhul Islam Anak Bangsa, Aceh Besar
- d. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Prodi Bimbingan Konseling Islam.

3. Deskripsi Konseli

a. Data konseli

Konseli merupakan orang yang membutuhkan bantuan serta perhatian lebih terhadap pengentasan masalah yang dialaminya, serta membutuhkan orang lain untuk membantu menyelesaikannya. Berikut dibawah ini adalah data pribadi konseli:

Nama : SHI (Nama Samaran)
 TTL : Pantan Tengah, 24 Desember 2010
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Alamat Asal : Pantan Tengah, Rusip Antara, Kab. Aceh Tengah
 Asal Sekolah : SDN. 2 Rusip Antara

b. Latar Belakang Pendidikan

Dalam hal pendidikan SHI merupakan salah satu siswa di Sekolah Dasar Negeri 2 Rusip Antara. SHI memiliki kemampuan akademik yang cukup baik dan memperoleh peringkat pertama di kelasnya meskipun konseli hanya belajar saat mengerjakan tugas rumah saja. Konseli juga memenangkan beberapa lomba pidato baik antar kampung dan kecamatan. Konseli juga memiliki Ayah dan Ibu yang cerdas, jadi tidak menutup kemungkinan kecerdasan tersebut turunan dari kedua orangtuanya. Ayah dan Ibunya juga sangat mementingkan pendidikan. Banyak hal yang telah

dilatih kedua orangtuanya saat konseli masih balita. Seperti menghafalkan surat Annaba, bertaushiyah dan bernyanyi. Pada waktu itu pula konseli masih sangat mudah untuk diajak berlatih.

Saat ini kedua orangtua konseli mengaku bahwasanya konseli sudah sulit untuk diajak mengembangkan potensi-potensinya itu. Setiap diajak berlatih konseli kerap melontarkan banyak alasan seperti lelah, ditunda kebesok saja, dan terkadang langsung meyibukkan diri dengan hal lain agar tidak jadi berlatih.

c. Latar Belakang Keluarga

SHI adalah anak ke-4 dari 4 bersaudara. Konseli merupakan anak bungsu dari bapak MR dan ibu IW, konseli memiliki dua kakak laki-laki dan satu kakak perempuan. Kakak yang pertama sudah menikah dan pisah rumah. Sementara kakak kedua dan ketiga masih tinggal bersama konseli dan kedua orangtuanya. Ayah konseli merupakan PNS di kantor perpajakan, sementara ibu merupakan guru di Madrasah Tsanawiyah kampung Pilar Jaya. Selain itu orangtua konseli juga merupakan petani kopi. Sedangkan kakak kedua dan ketiga bekerja di tempat yang cukup jauh dari rumah.

Konseli mendapatkan perilaku yang baik dari orangtua. Memberikan uang jajan yang cukup, melengkapi segala kebutuhan sekolah dan belajar, mengingatkannya untuk makan dan lain-lain.

d. Latar Belakang Ekonomi

Konseli memiliki ekonomi keluarga yang cukup. Dengan profesi Ayah sebagai PNS dan ibu seorang guru, ditambah pula penghasilan dari

kebun kopi milik kedua orangtuanya. Disaat musim panen kopi, maka akan dijual kepada *collector* dengan harga Rp. 70.000/kaleng. Jika konseli meminta sesuatu yang dianggap mampu dibelikan orangtuanya, maka sesuatu itu pasti akan dibelikan.

e. Latar Belakang Keagamaan

Konseli memiliki latar belakang keagamaan yang cukup baik. Kedua Ayah dan Ibunya merupakan alumni pondok pesantren. Oleh sebab itu konseli memiliki pemahaman agama yang cukup baik sesuai dengan usianya yang masih 10 tahun. Konseli memiliki bacaan yang fasih saat membaca Alquran.

B. Penyajian Data

1. Proses Pelaksanaan Terapi Bermain Gegasak

Sebelum proses pelaksanaan konseling, konseli dan konselor sudah saling mengenal. Konseli dan konselor tinggal di daerah yang sama dan bertetangga. Disaat konseli berusia 7 tahun, konseli senang sekali bermain ke rumah konselor. Terkadang suka mendengarkan bernyanyi oleh konselor serta menceritakan banyak hal tentang keseruannya di Sekolah. Meskipun konselor dan konseli sudah saling mengenal, namun proses konseling yang dilaksanakan tetap sesuai dengan sebagaimana mestinya. Konselor tetap bersikap profesional dan obyektif. Dan tetap pada tujuan konseling yakni membantu konseli untuk mengentaskan permasalahannya.

Pada penyajian data ini, peneliti memakai sebuah metode kualitatif, metode ini menghasilkan data deskriptif non statistik, yang merupakan ungkapan

kata-kata maupun ungkapan secara lisan dari suatu hal yang diamati. Peneliti akan mendeskripsikan data-data yang sudah didapatkan dari lapangan yang meliputi faktor-faktor penyebab kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh. Berikut ini peneliti akan mendeskripsikan faktor masalah yang dialami konseli, sebagai berikut:

Dalam pelaksanaan proses konseling, Konselor haruslah menentukan tempat dan waktu pelaksanaan yang tepat. Konselor juga membuat kesepakatan dengan konseli serta orangtuanya terkait waktu pelaksanaan konseling agar tidak menghalangi kegiatan konseli yang lainnya. Proses konseling ini dilakukan sebanyak 3 kali seminggu. Yakni pada hari Jum'at, sabtu dan minggu pukul 16:00 WIB sore hari. Berikut tahapan yang telah dilewati oleh konselor:

a. Identifikasi Masalah

Peneliti melakukan sebuah Identifikasi masalah untuk mengetahui permasalahan yang sebenarnya sedang dialami konseli, gejala yang tampak dan faktor-faktor penyebabnya. Untuk mengetahui hal tersebut konselor melakukan proses wawancara bersama konseli, teman konseli, tetangga, serta orangtuanya. Berikut hasil wawancara tertulis konselor dengan orangtua konseli.

Pada tanggal : 03 November 2020

Tempat : Rumah konseli

Dalam wawancara ini konselor berusaha untuk menemukan serta menggali lebih dalam tentang permasalahan yang dialami konseli. Pada wawancara ini, ibu konseli mengatakan bahwasanya konseli sebenarnya merupakan anak yang cerdas dan aktif, serta sangat senang berlatih untuk mengikuti perlombaan-perlombaan. Dan sudah banyak perlombaan yang diikuti oleh konseli seperti lomba pidato dan tartil Alquran. Namun setelah konseli mengenal banyak game online konseli mulai malas belajar, suka tidak menghiraukan jika di panggil serta minatnya untuk melatih potensi yang dimilikinya sudah mulai berkurang dan sangat sulit untuk diajak berlatih. Ibunya juga mengatakan bahwa semenjak terlalu sering bermain game online konseli memiliki masalah dengan matanya. Terkadang mata konseli bengkak di bagian bawah. Ibu konselor juga mengatakan bahwasanya konseli paling sering memainkan game perang maksudnya adalah game *Free Fire*. Setelah ibu konselor menceritakan banyak hal tentang konseli, konselor juga menawarkan sebuah bimbingan dan konseling untuk membantu konseli mengentaskan permasalahannya tersebut. Dan ibu konseli dengan senang hati menerima tawaran tersebut.

Dari wawancara yang telah dilakukan bersama ibu konseli, konselor masih merasa penasaran dengan sikap konseli saat disekolah.

Pada tanggal : 04 November 2020

Tempat : Rumah konselor

Setelah mewawancarai ibunya, konselor juga mewawancarai teman sekelasnya. Yang rumahnya juga tak jauh dari rumah konselor. Konselor mengajak LN (teman perempuan konseli) untuk berbincang-bincang di rumah konselor terkait perilaku konseli. Temannya mengatakan bahwasanya konseli merupakan anak yang pintar di kelas, namun konseli akhir-akhir ini sudah mulai bandel di sekolah. Konseli mulai suka usil dengan menendang-nendang temannya. Dan membuat kesal teman-teman perempuan.

LN juga mengatkan konseli sering sekali membahasa tokoh-tokoh yang ada di game online bersama teman-teman laki-lakinya di kelas. Hal itu terkadang membuat guru memarahinya dan teman-teman karena terdengar sangat ribut. Konselor juga menyakan tentang teman akrab si konseli. LN menjawab konseli memiliki dua teman akrab, satu di anggap pintar, dan satu dianggap bandel. Hal ini membuat konselor ingin mewawancarai juga kedua teman dekat konseli tersebut.

Pada tanggal : 10 November 2020

Tempat : Balai Desa

Balai Desa terletak di depan rumah konselor. Pada sore itu HR (teman dekat konseli) yang dianggap pintar sedang bermain-main di Balai Desa. Konselor pun menghampiri HR dan mengajaknya bercerita tentang konseli. HR mengatakan bahwa ia senang bermain bersama konseli. Salah satunya karena konseli pintar dan suka memberinya makanan dan tidak peliti akan hal apapun. HR dan konseli sering belajar bersama di kelas. Namun HR mengaku bahwa konseli mulai sering kurang teliti menjawab soal yang diberikan ibu guru di kelas. Dulu konseli hampir tidak pernah mendapat nilai 60 saat diberikan soal untuk latihan. Hampir selalu mendapatkan nilai 90-100. Dan kini konseli sudah mulai beberapa kali mendapatkan nilai 60 saat menjawab soal latihan dari ibu guru. HR juga mengatakan bahwa di sekolah konseli sering bercerita dengan RM (teman dekat konseli yang tadi di anggap bandel) tentang keseruan mereka bermain game Free Fire dari jarak jauh.

Pada Tanggal : 10 November 2020

Tempat : Rumah konselor

Setelah konselor mewawancarai HR (teman baik konseli), sebelum HR pulang ke rumah, konselor meminta HR pada sore itu juga untuk memanggil RM (teman bermain game konseli) dating ke rumah konselor. Tak lama kemudian RM pun datang. RM merupakan anak yang ceria. RM mengatakan bahwasanya konseli merupakan anak yang pintar di sekolah. Konseli

juga sering mengajar RM untuk bermain *Free Fire*. RM mengatakan bahwa konseli sangat bersemangat apabila membahas seputar game online yang mereka mainkan.

Konselor juga melakukan wawancara kepada konseli

Pada Tanggal : 12 November 2020

Tempat : Rumah konseli

Pada wawancara kali ini, konselor menanyakan banyak hal tentang konseli terkait game online dan kebiasaanya. Konseli mengatakan bahwasanya bermain game online sangatlah menyenangkan, dengan alasan game online dapat membuatnya bermain bersama teman-temannya yang tinggal berjauhan. Konseli memiliki game yang paling digemari dan sering dimainkan yakni game *Free Fire*. Yang membuat konseli senang dengan game tersebut adalah ketika konseli berhasil naik tingkat saat bermain, yang katanya akan mendapatkan berbagai macam senjata yang bisa di pakai. Kemudian konseli juga mengatakan bahwa senjata-senjata tersebut dapat dijual kepada pemain-pemain lain yang ingin membelinya sehingga menghasilkan uang. Konseli belum pernah menjual senjata tersebut karena belum mengetahui cara menjualnya. Namun dia memiliki keinginan untuk terus mengumpulkan senjata-senjata dan kelak akan dijual.

Konseli merasa bermain game online jauh lebih menyenangkan dibandingkan dengan bermain bersama teman. Karena bermain

bersama teman dianggap sudah bosan dan tidak begitu menyenangkan. Konselor juga menanyakan seputar perubahan yang dirasakan saat konseli sudah sering bermain game online, konseli tidak menyadari banyak hal yang berubah pada dirinya, ia hanya mengatakan bahwa semenjak sering bermain game online ia sering dimarahi oleh ibunya.

b. Diagnosis

Konseli memiliki masalah kecanduan *game online*, sehingga susah mengatur waktu, lebih memilih bermain bermacam smartphoe dibandingkan teman-teman, suka mengabaikan panggilan Ayah dan Ibu, minat berlatih dan belajar yang semakin berkurang. PermasalahanKonseli

Berawal dari awal tahun 2020, konseli meminta agar ibunya membelikannya smartphone dengan tujuan agar konseli dapat belajar banyak hal dari animasi-animasi yang ada di You Tube. Ditambah lagi dengan alasan bahwa temannya banyak yang sudah dibelikan *smartphone* oleh kedua orangtuanya. Permintaan konseli ini tidak langsung dikabulkan oleh orangtuanya dengan banyak alasan, salah satunya takut sang anak terpengaruh untuk menonton sesuatu yang tidak pantasnya untuk ditonton. Konseli terus saja merengek agar keinginannya dibelikan oleh orangtuanya, namun masih belum dibelikan.

Seiiring berjalannya waktu, wabah covid-19 mulai sampai ke Provinsi Aceh. Pergaulan sosial secara langsung mulai dibatasi, beberapa

akses keluar daerah mulai ditutup, tempat-tempat wisata mulai sepi, serta seluruh kantor dan sekolah diliburkan. Hingga muncullah inisiatif baru yakni *work from home*. Sebelum wabah ini menyerang, mengaktifkan smartphone dianggap dapat mengganggu dalam forum rapat atau sebuah diskusi, oleh sebab itu terkadang dibuatkan aturan agar mematikan smartphone pada forum-forum tertentu. Namun di masa pandemi ini, smartphone dan beberapa teknologi canggih lainnya menjadi alat untuk mengadakan sebuah forum atau alat untuk mengerjakan tugas dan kepentingan-kepentingan lainnya. Pendidikan di sekolahpun mulai diadakan secara daring menggunakan smartphone. Saat itulah orangtua konseli mengabulkan permintaannya yakni membelikannya *smartphone*. Dan konselipun sangat merasa bahagia. Semenjak keinginannya itu dikabulkan, konseli mulai memasang beberapa aplikasi game online di smartphone miliknya yakni games Voodoo, Piano, dan Hago. Seiring berjalannya waktu konseli mulai memasang aplikasi games perang, yakni *Free Fire* dan *PUBG*. Diantara kedua games ini *Free Fire* merupakan game yang paling disukai oleh konseli. Hari-harinya ditemani oleh games tersebut. Hingga pada akhirnya konseli mampu berjam-jam menatap layar smartphone, terkadang disaat merasakan serunya bermain games konseli menunda-nunda untuk buang air kecil agar tidak kalah dari musuh. Konseli yang biasanya sering bermain di halaman rumah

bersama teman, kini lebih banyak duduk didalam rumah dan ditemani *smartphone* miliknya.

Ketika sedang asyik bermain, konseli juga tak menghiraukan keadaan disekitar, baik itu panggilan orangtuanya, maupun perintah-perintah dari kakaknya. Saat ini konseli juga sulit untuk diajak mengembangkan bakatnya. Sebelum memiliki *smartphone*, konseli sangat bersemangat apabila berlatih bakat-bakat yang dimilikinya, yakni tausyiah, bernyanyanyi dan menghafal surat-surat pilihan. Terkadang pada saat malam hari, ibunya mengambil smarphone tersebut dan meminta konseli untuk mengerjakan PR serta tidur apabila susah selesai. Namun disaat kedua orantuanya tidur pula, konseli bangun dan mengambil kesempatan untuk bermain game lagi. Hal ini diketahui oleh ibunya karena pada malam hari ibunya terbangun untuk ke kamar mandi dan melihat konseli sedang bermain di ruang tamu. Setelah kejadian tersebut ibu konseli sempat menyimpan *smartphone* tersebut selama tiga hari, namun konseli terus menangis agar *smartphone* tersebut dapat kembali ketangannya. Karena Ibunya tak kuasa dan pusing mendengar anaknya yang sering menangis, akhirnya ibunya kembali memberikan *smartphone* tersebut, namun semenjak itu pula *smartphone* itu dipegang oleh ibunya dan hanya dapat dibuka apabila dizinkan oleh ibunya, serta kode untuk membukanyapun

hanya ibunya yang tau. Meskipun begitu, konseli masih menggunakan *smartphone* lebih dari 5 jam sehari. Apabila tidak diberikan maka konseli akan marah, nagambek serta menangis.

Dari uraian diatas konselor menyimpulkan beberapa perilaku yang dilakukan oleh konseli sehingga dapat disebut kecanduan game online:

- 1) Bermain game online lebih dari 5 jam dalam sehari
- 2) Harus main game online saat pulang sekolah
- 3) Bermain game online hingga enggan diajak pergi mengaji ke TPA
- 4) Bermain game online hingga mengabaikan orang-orang disekitar
- 5) Mencari-cari kesempatan untuk bermain game online apabila tidak diizinkan untuk bermain
- 6) Bermain game online sampai menahan untuk buang air kecil

c. Prognosis

Dalam langkah ini konselor akan menetapkan pemberian bantuan dengan memilih terapi bermain bebas. Adapun tujuan dari terapi bermain ini adalah untuk mengatasi berbagai macam masalah mental serta gangguan perilaku. dengan menggunakan terapi bermain konseli tetap dapat bermain dan bersenang-senang namun konseli tidak mendapatkan bahaya dari

tindakan bermain tersebut. seperti bahaya mata rusak bahaya tidak memperdulikan orang yang ada di sekitar dan lain-lain.

Seerti yang telah diketahui sebelumnya bahwa konseli sangat menyukai permainan game online yakni *Free Fire*. Dengan memberikan terapi bermain gasak maka konseli tetap dapat merasakan sensasi bermain perang. Karena permainan gasak Sama halnya seperti bermain senjata menggunakan peluru yang tidak berbahaya yaitu dari kertas yang dibasahi air maupun bunga pohon petai yang belum mekar. Dengan menggunakan terapi tersebut maka konselor menetapkan beberapa langkah yang harus dilakukan. berikut beberapa langkah yang dilakukan konselor dalam memberikan bantuan kepada konseli.

Setelah konselor menggali data tentang konseli secara langsung serta mewawancarai orang tua dan temannya, konselor menawarkan sebuah terapi bermain gasak untuk mengentaskan masalah konseli. Dan pada akhirnya orang tua konseli menyetujui dan bahkan sangat mendukung konselor untuk menerapkan terapi tersebut. Konseli juga bersedia untuk menjalankan proses terapi yang akan diberikan.

Berikut beberapa tahapan yang dilakukan konselor di dalam memberikan terapi bermain Gasak untuk mengatasi kecanduan game online:

- 1) Konselor menerangkan konsep bermain Gegasak serta menanamkan nilai keislaman.
- 2) Konselor memandu proses bermain Gegasak

d. *Terapi/Treatment*

Langkah ini adalah berupa pelaksanaan proses terapi atau pemberian bantuan yang sudah ditetapkan dalam langkah prognosis. Dalam pelaksanaannya konselor menggunakan terapi bermain gegasak untuk mengurangi intensitas bermain game online pada seorang anak yang sudah terindikasi kecanduan game online. Sebelum melakukan proses terapi, Konselor menyiapkan segala instrumen yang dipakai untuk terapi bermain gegasak.

Gegasak merupakan permainan daerah yang dibuat dari sebuah bambu dengan besar lubang seperti ibu jari. Serta dilengkapi dengan pendorong peluru yang juga dibuat dari bambu. Sebelum konseli bermain gegasak, konselor sudah terlebih dahulu menyiapkan segala instrumen yang dibutuhkan saat bermain. Konselor menyiapkan 6 buah gegasak, 6 buah pengikat kepala agar konseli dan pemain Gegasak merasa sensasi seperti layaknya pahlawan yang tengah berperang. Serta 6 buah masker untuk mencegah penularan virus saat . tak lupa bermain bersama. Konselor juga menyiapkan peluru gegasak dari kertas yang dibasahi air. Konselor tidak lupa pula memilih tempat bermain yang tepat dan tidak membahayakan konseli dan pemain lainnya.

Konselor memilih lokasi pelaksanaan terapi di halaman rumah konselor sendiri, karena halaman rumah konselor cukup luas untuk anak-anak bermain serta jauh dari jalan raya sehingga anak-anak dapat bermain dengan tenang.

Konselor juga menjelaskan tentang bahaya dari keseringan bermain game online, bahwa terlalu sering bermain game online dapat membahayakan diri serta menimbulkan banyak hal negatif. Konselor mencoba menyadarkan konseli bahwa saat ia sudah kecanduan bermain game online banyak hal yang sudah berubah pada dirinya. Saat konseli sudah menyadari dan mengakui hal tersebut, konselor menunjukkan video orang-orang yang mengalami gangguan mental akibat terlalu sering bermain game online.

Konselor juga berusaha memberikan pemahaman bahwa perilaku konseli selama ini tidak baik, yakni perilaku seperti mengabaikan panggilan orangtua saat bermain, bermain game online sampai lupa waktu dan enggan untuk mengaji ke TPA, bermain game online sampai merusak kesehatan dan lain-lain. Konselor juga menyampaikan tentang betapa bahayanya seseorang yang menunda untuk buang air kecil. Konselor menjelaskan secara ilmiah dan medis bahwasanya hal tersebut dapat menyebabkan infeksi saluran kemih. Serta menceritakan sebuah pengalaman anak tetangga konselor dan juga merupakan tetangga konseli yang tak bisa lagi melihat dengan sempurna, sekaligus

mengalami gangguan mental akibat terus menerus bermain game online. Serta memberikan motivasi kepada konseli bahwa masih ada kesempatan untuk berubah dan menjauhkan diri dari hal-hal yang tidak diinginkan tersebut. Yakni dengan cara mengurangi kebiasaan yang terlalu sering bermain game online.

Berikut adalah proses atau tahapan yang dilakukan oleh konselor:

- 1) Konselor menerangkan konsep bermain Gegasak serta menanamkan nilai keislaman.

Agar permainan ini terasa lebih menyenangkan, maka dimainkan dengan cara berkelompok. Seperti hendaknya berperang. Ada pasukan A dan pasukan B. Kedua pasukan akan diberi pembatas untuk saling berlindung dari peluru Gegasak. Setiap pasukan boleh membuat nama kelompok untuk melambangkan identitas masing-masing sebelum berperang. Dan munculah nama kedua kelompok tersebut yakni kelompok Gayo Pucuk Rebung dan Gayo Mugagak. Setiap kelompok memiliki pimpinan atau pemandu. Konseli merupakan pimpinan dari kelompok Gayo Pucuk Rebung. Sedangkan kelompok Gayo Mugagak dipimpin oleh PR (teman konseli). Konseli berperan sebagai Teuku Umar. Sedangkan teman-temannya berperan sebagai pahlawan-pahlawan Aceh lainnya seperti Aman Dimot, Sultan Iskanr Muda,

Panglima Polem, Teuku Nyak Arif dan lain-lain.

Setiap pasukan dapat berdiskusi untuk mengatur strategi perang. Pasukan yang menang adalah pasukan yang berhasil mempertahankan dirinya untuk tidak terkena peluru gegasak, serta banyak menembak tim lawan. Sebelum terapi bermain gegasak dimulai, konselor terlebih dahulu memberikan arahan tentang tata cara bermain kepada konseli beserta teman-temannya. Baik cara menembak, cara melindungi diri, membuat jargon, serta bagian-bagian yang tidak boleh untuk ditembak yakni area muka atau wajah pemain.

Konselor memberikan nasehat serta menanamkan nilai-nilai keislaman dalam bermain. Seperti mengucapkan *taawuz* dan *basmallah* sebelum mulai menembak musuh, serta mengucapkan *hamdallah* apabila berhasil menembak musuh, dan takbir saat menyeru teman-teman untuk bersemangat.

Konselor juga meminta konseli berimajinasi untuk menembak perilaku buruk yang selama ini sudah ia lakukan, Konselor juga mengajak konseli untuk berimajinasi akan menembak syaitan yang selama ini menghasut ke jalan yang sesat dan merugikan, dan menembak kelalaian serta kemalasan yang ada pada diri.

2) Memandu proses bermain Gegasak

Jika permainan sudah dimulai, konselor menjalankan tugasnya sebagai pemandu terapi. Konselor juga meluruskan apabila terjadi kecurangan saat bermain dan mendamaikan kedua kelompok apabila terjadi cekcok saat berperang menggunakan gegasak. Berikut merupakan peran konseli dan konselor saat proses terapi berlangsung:

- a) Peran konseli saat proses terapi, Konseli berperan sebagai ketua tim perang kelompok A (Gayo pucuk Rebung). Sebelum bermain konseli mengikuti briefing bersama konselor untuk mengarahkan cara bermain
 - b) Peran konselor saat proses terapi Konselor menjadi pemandu, menyiapkan segala perlengkapan bermain dan memberi arahan tentang tata cara bermain. Konselor juga sepenuhnya mengamati emosi yang tampak pada konseli.
- e. Evaluasi/Follow up

Evaluasi dilaksanakan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli setelah pemberian sebulan terapi. Serta untuk mengetahui seberapa berhasil langkah terapi yang konselor diberikan pada konseli tersebut. Hal ini dilakukan dengan observasi dan mewawancarai konseli maupun teman-teman serta orangtuanya setelah proses terapi dijalankan.

Setelah proses terapi dilakukan, konselor menemui ibu konseli untuk diajak bekerjasama dalam membantu konseli mengurangi intensitas bermain game online, konselor menyarankan agar ibu konseli bersikap lebih tegas saat konseli meminta bermain game online pada waktu yang seharusnya bukan bermain. Serta menyarankan untuk mulai lagi mengajak konseli melakukan hal-hal baik yang sering dilakukan sebelum konseli kecanduan game online. Ibu konseli dengan senang hati dan akan berusaha juga untuk menjadikan terapi Gegasak agar menghasilkan perubahan bagi konseli. Konselor menyarankan hal tersebut kepada ibunya, karena ayah dan kakak-kakak konseli memiliki banyak pekerjaan di luar rumah, sehingga tidak memiliki banyak waktu untuk mengontrol konseli.

Konselor juga meminta teman akrab konseli agar mengajak konseli pula saat sedang bermain di luar rumah. Dan mengamati perubahan yang nampak pada konseli setelah beberapa kali dilakukan proses terapi.

Setelah dilakukan proses terapi, konselor mengamati bahwasanya konseli merasa senang dan antusias saat bermain Gegasak. Konseli seolah-olah merasa sedang benar-benar berperang.

a) Wawancara dengan konseli

Konseli juga mengatakan hal tersebut kepada konselor, ia merasa sangat menyukai permainan Gegasak. Ia

mengaku sangat senang saat momen menembak lawan bermain dan berusaha melindungi diri dari peluru gegasak. Konseli juga mengatakan bahwasanya ia mengalami perubahan pada dirinya, ia merasa menjadi lebih akrab dengan teman-teman, dan sudah bisa mengurangi waktu untuk bermain game online.

b) Wawancara dengan teman konseli

Di daerah Aceh Tengah, pemerintah sudah mengizinkan untuk mulai belajar tatap muka pada awal bulan oktober lalu dengan syarat sekolah menyiapkan segala fasilitas sesuai dengan Standar Operasional Kesehatan (SOP) serta menjalankan protokol kesehatan dengan baik. Teman-teman konseli mengatakan bahwa se usai pulang sekolah konseli sudah mulai sering mengajak teman-temannya untuk bermain Gegasak. Yang mana sebelumnya konseli enggan untuk diajak bermain bersama se usai pulang sekolah karena asyik dengan *smartphone* miliknya dan bermain game online. Saat disekolah, saat ini konseli kerap kali menceritakan keseruannya bermain Gegasak bersama teman-teman dan konselor saat di rumah. Hal tersebut membuat teman-teman lainnya juga ingin membuat Gegasak. Yang mana sebelumnya konseli sangat sering

menceritakan keseruannya bermain game *Free Fire*.

Teman konseli juga mengatakan konseli sudah jarang dimarah oleh ibu guru karena permasalahan ribut di dalam kelas. Karena konseli sudah mulai memperhatikan guru dengan baik saat guru menjelaskan pelajaran.

c) Wawancara dengan ibu konseli

Menurut pengakuan ibu konseli, SH sudah mengurangi intensitas bermain game online terutama pulang sekolah, konseli sudah tidak minta bermain game online, ia bermain diluar rumah bersama temannya. Dan keseringan membawa Gegasak saat bermain keluar rumah. SH juga sudah tidak mengabaikan panggilan ibunya. Dan sudah mau apabila diperintahkan sesuatu. Dan saat ini SH sudah mau mengaji kembali bersama teman-temannya di TPA Murakkabah.

Konseli sering kali menyampaikan ulang kembali nasehat-nasehat dan cerita-cerita dari konselor kepada ibunya. Ibu konselor mengatakan bahwa konseli lebih mendengarkan nasehat dari seseorang yang bukan dari keluarganya seperti (konselor), menurut ibunya hal tersebut mungkin dikarenakan konseli sangat manja dengan ayah ibu dan kakak-

kakaknya di rumah, oleh sebab itu konseli kurang yakin dengan nasehat-nasehat ibunya. Dan menganggap ibunya tidak serius saat memarahinya. Sebelum proses terapi dilakukan konseli terkadang buang air kecil dicelana agar tidak kalah bermain, namun saat ini ibu konseli mengatakan bahwa konseli sudah tidak buang air kecil lagi dicelana saat bermain game online. Konseli juga tidak meminta bermain game online dengan cara menangis.

2. Hasil Penelitian

Setelah beberapa kali melakukan proses terapi bermain Gegasak kepada konseli, pada akhirnya anak-anak yang tinggal di sekitar rumah konselor ternyata tertarik juga untuk bermain gegasak, bahkan semua dari mereka (anak-anak lorong kantor Desa/tempat tinggal konselor) sudah memiliki Gegasak yang mana Gegasak tersebut mereka beli dari salah satu anak yang berjualan mainan tersebut. Ada yang menghias Gegasak dengan cat dan berbagai macam tempelan. Hal ini semakin membuat konseli senang dan bersemangat karena memiliki banyak teman untuk bermain Gegasak. Konseli sangat menikmati bermain bersama teman-temannya tersebut.

Dari beberapa wawancara yang telah dilakukan oleh konselor kepada konseli, teman-teman, dan ibunya, serta dari

pengamatan yang dilakukan oleh konselor sendiri, konselor menemukan beberapa perubahan pada konseli setelah konseli diberikan terapi bermain Gegasak, yakni:

Tabel 1.2 Perubahan Perilaku

Perilaku konseli Sebelum diberikan terapi	Perilaku konseli sesudah Sesudah diberikan terapi
Bermain game online lebih dari 5 jam dalam sehari	Bermain game sudah kurang dari 5 jam sehari. Konseli bermain game pada sore hari yakni pulang mengaji dari TPA, Malam hari setelah menyelesaikan PR, dan dan setelah bermain bersama teman di siang hari
Harus main game online saat pulang sekolah	Konseli sudah mulai mencari teman-temannya untuk bermain gegasak saat pulang sekolah
Bermain game online hingga enggan diajak pergi mengaji ke TPA	Konseli sudah mau untuk diajak mengaji ke TPA saat bermain game online
Bermain game online hingga mengabaikan	Konseli sudah mulai tak mengabaikan orang-

orang-orang disekitar	orang disekitar, seperti panggilan ibu ketika bermain game. Meskipun memanggilnya terkadang harus 2 sampai 3 kali.
Mencari-cari kesempatan untuk bermain game online apabila tidak diizinkan untuk bermain	Konseli sudah mulai tidak mencari-cari kesempatan bermain terutama saat ada tamu yang datang
Bermain game online sampai menahan untuk buang air kecil	Konseli sudah mulai buang air kecil ke toilet saat bermain game online

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Perspektif Teori

Berdasarkan pada penyajian data dari proses bimbingan konseling dengan menggunakan terapi bermain Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah, Aceh. Konselor berupaya menciptakan suasana yang nyaman dan hangat bersama konseli dan ibunya. Konselor tidak lupa untuk menentukan waktu dan tempat yang dipakai untuk proses pelaksanaan terapi, karena penentuan waktu dan tempat mempengaruhi ke efektifitasan proses konseling yang dilakukan.

Adapun analisa data pada pelaksanaan proses konseling yang diberikan, peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif, yakni konselor melakukan perbandingan antara kajian teoritik dan data yang diperoleh oleh konselor saat di lapangan. Berikut adalah merupakan beberapa perbandingan data teori dan data empiris dalam pelaksanaan proses konseling dengan

menggunakan terapi bermain Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah, Aceh.

Dalam pelaksanaan proses konseling ini, konselor melakukan tahapan-tahapan yakni: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/*treatment*, serta evaluasi/*follow up*.

Adapun tahapan yang paling pertama dilakukan konselor adalah identifikasi masalah, yaitu untuk mengetahui gejala serta perilaku yang tampak pada konseli seperti, konseli bermain game online sampai lupa waktu, sudah kurang tertarik untuk pergi mengaji ke TPA, menahan buang air kecil agar tidak kalah saat bermain, mengabaikan panggilan orangtua bila sedang asyik dengan game kesukaannya, merasa resah disaat kehabisan batre dan habis kuota internet, mulai malas mengembangkan bakatnya, menangis apabila tidak diberikan *smartphone* untuk bermain game online, serta mengalami bengkak di bagian mata bawah akibat terlalu lama menatap layar *smartphone*. Hal diatas sangat berkaitan dengan beberapa dampak negatif dari terlalu sering bermain game online.

Dari gejala-gejala yang telah diamati dan diselidiki kepada ibu dan teman-teman konseli, konselor kemudian melakukan diagnosa dengan menetapkan masalah yang dialami konseli yakni akibat dibelikan *smartphone* pada saat harus belajar daring di masa pandemi, konseli mencari-cari kesempatan untuk bermain game online hingga pada akhirnya memasang beberapa aplikasi game online dan menjadikan game *Free Fire* sebagai game yang paling disukai dan paling sering dimainkan, bahkan menghabiskan waktu kurang

lebih 5 jam untuk memainkannya, yakni saat bangun tidur, tengah hari, siang hari, sore dan malam. Hal itu terus menerus dilakukan sampai si konseli terindikasi kecanduan. Seperti yang sudah dibahas pada bagian kajian teoritik terkait kecanduan, bahwasanya penggunaan smartphone lebih dari 4-6 jam dalam sehari dapat disebut mengalami kecanduan.

Selanjutnya konselor menentukan jenis terapi atau bantuan (prognosa) yang akan diberikan kepada konseli, yakni terapi bermain Gegasak. Karena konseli sangat menyukai permainan yang bernuansa perang-perangan layaknya *Free Fire*. Maka konselor berinisiatif dan memutuskan untuk menggunakan permainan Gegasak sebagai terapi karena permainan ini juga dapat diaplikasikan layaknya game perang dan lebih bernilai positif bagi konseli apabila dimainkan. Dan dunia anak juga merupakan dunia bermain, jika permainan dijadikan sebuah terapi, tentunya akan lebih menyenangkan bagi anak.

Langkah selanjutnya adalah *treatment* untuk mengentaskan perilaku negatif konseli. Disini konselor berusaha merubah konseli agar dapat berperilaku positif dan mengurangi intensitas bermain game online dengan menggunakan terapi bermain Gegasak. Konseli yang sebelumnya suka mengabaikan panggilan orangtua, enggan mengaji dan belajar karena lebih mementingkan bermain game online, diberikan nasehat dan motivasi dari kisah-kisah inspiratif seperti kisah Rasulullah dan para sahabat, nasehat tentang perlunya merubah perilaku-perilaku negatif yang sudah dilakukan, bahaya penggunaan smartphone secara berlebihan, serta menceritakan kisah para pejuang Aceh agar konseli kembali semangat belajar dan mengaji serta melakukan

hal-hal positif lainnya. Sebelum melakukan proses terapi, konselor menyediakan segala instrumen yang dibutuhkan saat bermain, serta membentuk kelompok bermain dan memberikan arahan terkait aturan bermain Gegasak.

Untuk langkah yang terakhir konselor melakukan evaluasi/*follow up* yakni untuk menindaklanjuti perkembangan setelah proses konseling dilakukan, kemudian mengevaluasi. Analisa tersebut dilakukan oleh konselor dengan cara membandingkan data teori dan data yang di dapat dari lapangan. Untuk mendapat data tersebut konselor melakukan observasi dan wawancara kepada ibu konseli dan teman-temannya. Pada akhirnya konselor mengetahui perubahan-perubahan yang dialami konseli setelah beberapa kali melakukan terapi bermain Gegasak.

Dari proses evaluasi tersebut dapat disimpulkan bahwa ada beberapa perubahan yang dialami oleh konseli setelah beberapa kali melaksanakan proses terapi. Konseli yang sebelumnya malas berangkat mengaji kembali mau berangkat untuk mengaji, konseli yang sebelumnya melakukan tindakan yang bahaya seperti menahan buang air kecil saat bermain game online, kini sudah tak pernah buang air kecil dicelana saat bermain game online. Dan yang terpenting setelah melakukan terapi konseli dapat mengurangi intensitas bermain game online.

2. Perspektif Islam

Anak merupakan aset yang paling berharga bagi kedua orangtua, baik aset di dunia maupun di akhirat. Peran orangtua sangatlah penting dalam mendidik anak-anaknya untuk menjadi generasi yang shalih dan shalihah.

Konseli merupakan anak yang pintar dan suka melatih potensi yang dimilikinya. Namun karena sudah menemukan suatu kesenangan yang membuatnya candu, yakni bermain game online, konseli perlahan mulai tak menyukai kebiasaan-kebiasan baik yang biasa ia lakukan. Karena hal baik tersebut sudah menjadi hal yang tak biasa lagi dilakukan. Konseli malas berangkat mengaji ke TPA, malas belajar, menghabiskan waktu dengan sia-sia, tentunya ini akan sangat merugikan diri konseli. Apalagi sampai tidak mengerjakan tugas-tugas dan perintah Allah kaerana suatu kesenangan seperti bermain game online, tentunya perilaku tersebut tidaklah disukai Allah. Sebagaimana Allah telah berfirman dalam Alquran surat Al-Jumua'ah ayat 11 tentang perintah untuk meninggalkan perniagaan dan permainan saat hendak shalat jumat.

Berusaha, berniaga, bekerja mencari uang, menyenangkan dan menghibur diri tentunya sangat diperbolehkan, namun jangan sampai hal tersebut membuat kita lupa kepada Allah Swt. Orangtua konseli membelikannya *smartphone* dengan tujuan agar mudah belajar online saat pandemi. Namun pada kenyataannya anak juga memanfaatkan hal tersebut untuk bermain game online. Kembali kepada hadits yang sudah di paparkan pada kajian teoritik, bahwasanya anak terlahir dalam keadaan fitrah, maka orangtuanyalah yang menjadikan anak tersebut yahudi, nasrani atau majusi.

Peran orangtua sangatlah penting dalam mendidik anak. Karena anak yang bersipat fitrah (suci) itu sangat mudah untuk diajarkan kebaikan dan begitupula dengan keburukan, jika sesuatu yang ditonton itu buruk, maka anak juga akan menirunya. Sebaiknya orangtua harus memilah dan memilih permainan apa yang cocok

diberikan kepada anak. Oleh sebab itu konselor mengajak orangtua konseli untuk bekerjasama dalam mendampingi serta membantu konseli berubah dari kebiasaan-kebiasaan buruknya.

Konseli kerap kali bermain game online sampai menahan untuk buang air kecil, dan mengalami bengkak pada bagian bawah mata. Kedua hal tersebut sangatlah berbahaya. Dan dapat dikatakan mendzalimi diri sendiri. Hal ini sangat perlu untuk segera diatasi, selagi konseli masih memiliki keinginan untuk menjadikan dirinya lebih baik, serta ada dukungan yang besar dari orangtua dan lingkungan, maka insya Allah permasalahan tersebut dapat diatasi.

Konselor menggunakan terapi bermain Gegasak, yang merupakan permainan tradisional daerah Gayo, tempat dimana konselor dan konseli tinggal. Konselor menggunakan terapi ini agar konseli tertarik untuk menjalankan terapi, karena permainan Gegasak ini dapat dimainkan layaknya berperang, sebagaimana konseli sangat menyukai game online dengan nuansa perang. Tak hanya bermain Gegasak, konselor menanamkan semangat juang heroik Rasulullah Saw. dan para pejuang Aceh. Dengan tujuan agar konseli meneladani semangat juang dan keshalihan beliau. Konseli sangat senang mendengarkan kisah heroik tersebut. Konselor juga memberikan nasehat agar konseli menyadari bahwa selama ini banyak perilaku negatif yang sudah dilakukan akibat terus menerus bermain game online. Alasan konselor memberikan pengutan, nasehat serta kisah-kisah teladan ialah agar meyakinkan konseli bahwa ia adalah orang yang mampu untuk menjadikan dirinya jauh lebih baik kedepannya. Dan konselor hanyalah

sebagai fasilitator untuk memotivasi dan memunculkan keyakinan itu, dan perubahan itu benar-benar ada pada keyakinan konseli itu sendiri. Bahkan Allah juga telah berfirman di dalam Alquran, yakni:

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya : Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.⁷³

Untuk memperjelas analisis terkait hasil akhir proses pelaksanaan konseling, konselor mencari informasi terkait perubahan tersebut melalui observasi dan wawancara kepada ibu konseli, teman sekelas, dan teman terdekat konseli.

Adapun deskripsi informasi yang diperoleh konselor sebelum dan sesudah melakukan proses konseling sebagai berikut:

a. Kondisi konseli menjalankan proses konseling

Sebelum mengikuti proses konseling, konseli dapat menghabiskan waktu lebih dari 5 jam dalam sehari untuk bermain game online. konseli belum menyadari bahwa tindakan yang dilakukan selama ini yakni terus menerus bermain game online dapat

⁷³ Alquran, Ar-Ra'du: 11

merugikan dirinya sendiri. Orangtuanya sudah mencoba untuk memberitahu tentang kerugian yang akan didapatkannya tersebut, namun konseli belum sepenuhnya menyadari dan cenderung mengabaikan hal tersebut. Konseli juga belum menyadari kerugian bahwa ia sudah melewatkan banyak hal positif yang seharusnya bisa dilakukan. Konseli sangat sulit untuk di ajak mengembangkan bakatnya, menangis jika diajak berlatih pidato atau belajar mengaji bersama ibunya, yang mana sebelumnya konseli sangat senang jika bakatnya itu dilatih oleh ibunya.

Konseli lebih memprioritaskan game online dalam kesehariannya, merasa tidak tenang dan menangis bila tidak diberikan *smartphone* untuk bermain game. Dan kerap mencari kesempatan meminta bermain game online saat kedatangan tamu, sehingga konseli tidak dimarahi.

Jika sudah bermain game, panggilan orang tua sering diabaikan, bahkan melakukan tindakan yang merugikan kesehatannya seperti mehanan kencing ketika bermain, dan mata yang kerap kali bengkak karena terlalu sering menatap layar.

b. Kondisi konseli setelah melalui proses konseling

Setelah dilaksanakan proses konseling yang diberikan oleh konselor, konseli mulai menunjukkan beberapa perubahan pada dirinya. Konseli mulai bisa mengurangi intensitas bermain game online. Seusai pulang sekolah konseli sudah tidak meminta bermain game online, konseli mulai bermain bersama teman diluar rumah dan terkadang bermain gegasak bersama. Konseli juga

sudah rajin untuk berangkat mengaji ke TPA, konseli tidak berangkat hanya disaat pergi bersama orangtuanya ke suatu tempat. Konseli sudah tidak menangis apabila ibunya tiba-tiba mengambil *smartphone* jika konseli dianggap sudah lama bermain game. Dan sudah mulai tidak mencari kesempatan untuk meminta *smartphone* ketika ada tamu ibu atau ayahnya yang berkunjung ke rumah. Konseli yang sebelumnya rela menahan buang air kecil agar tidak kalah saat bermain, kini mulai menghilangkan kebiasaan tersebut. Dan sudah menjawab panggilan ibunya jika sedang bermain game online meskipun tidak cukup dengan sekali panggilan.

Berdasarkan deskripsi diatas, dapat dianalisis bahwa tingkat sebuah keberhasilan proses konseling yang sudah dilakukan dengan menggunakan terapi bermain Gegasak untuk mengatasi seorang anak yang kecanduan game online di Pantan Tengah Aceh, dikatakan ada sedikit perubahan setelah dilakukannya proses konseling. Meskipun konseli belum bisa menghentikan sepenuhnya perilaku dan kebiasaan untuk tidak bermain game online, namun konseli sudah mulai dapat mengurangi intensitas bermain game online tersebut, yang biasanya pagi, siang, sore, malam, kini sudah bisa membiasakan diri untuk tidak bermain game online saat pagi sampai dengan siang hari, sore hari diberikan bermain game online setelah pulang mengaji dan malam setelah mengerjakan tugas rumah. Dan sudah mulai banyak melakukan kegiatan yang lebih positif dan bermanfaat.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Dibawah ini peneliti memberikan beberapa kesimpulan dari penelitian yang dilakukan terhadap seorang anak yang kecanduan game online dengan menggunakan terapi bermain Gegasak, yakni sebagai berikut:

1. Proses pelaksanaan terapi bermain Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh, dengan menggunakan beberapa langkah, yakni Identifikasi Masalah, Diagnosis, Prognosis, Treatment/terapi, dan Evaluasi/follow up. Yang mana dalam langkah treatment/terapi, konselor menggunakan permainan Gegasak sebagai terapi dengan melakukan beberapa tahapan yakni :
 - a) Konselor menerangkan konsep bermain Gegasak serta menanamkan nilai keislaman.
 - b) Konselor memandu proses bermain Gegasak
2. Hasil akhir dengan menggunakan terapi bermain Gegasak untuk mengatasi kecanduan game online pada seorang anak di Pantan Tengah Aceh, dapat dikategorikan berhasil. Hal tersebut dapat diamati dan dilihat dilihat dari adanya beberapa perubahan sikap serta perilaku yang muncul pada diri konseli konseli ke arah yang jauh lebih positif dari sebelumnya. Seperti sudah mulai mengurangi intensitas bermain game online, serta mulai memenuhi kewajiban-kewajibannya yang harus dilakukan. Dan tak mengulangi hal yang dapat menimbulkan penyakit yakni menunda buang air kecil ketika asyik bermain.

B. Saran

1. Bagi konselor

Konselor merupakan fasilitator bagi konseli dalam mengentaskan masalahnya. Teruntuk konselo, semoga dapat meng-*upgrade* wawasan dan pengetahuan khususnya dalam ranah Bimbingan Konseling Islam, agar konselor mampu memberikan bantuan kepada konseli baik itu anak-anak, remaja serta orang dewasa dengan sangat baik. Dan menghasilkan perubahan yang baik pula.

2. Bagi pembaca

Bagi para pembaca, semoga penelitian ini dapat dijadikan sebuah wawasan baru dan menjadikan pengalaman maupun masalah konseli sebagai pelajaran agar senantiasa bisa mengontrol diri dan anak-anak yang kita miliki dengan sebaik mungkin sehingga jauh dari adiksi game online.

3. Peneliti selanjutnya

Teruntuk peneliti selanjutnya, sebaiknya menguji ulang kembali terapi bermain Gegasak ini ke lingkup yang lebih luas, dengan menggunakan sample yang lebih banyak. Karena penelitian ini memiliki lingkup yang cukup kecil, yakni seorang anak yang kecanduan game online. Mungkin kedepannya peneli dapat mengumpulkan beberapa orang yang juga terindikasi adiksi game online baik itu kalangan SD/SMP/SMA se-Derajat untuk dilakukan sebuah terapi. Agar hasil dari penelitian ini dapat lebih memuaskan apabila berhasil. Penelitian ini menggunakan terapi bermain Gegasak, yakni merupakan salah satu permainan tradisional daerah dataran tinggi Gayo, Aceh Tengah, bertepatan di tempat konselor dan konseli tinggal. Untuk konseli yang berada di daerah

lain, dan memiliki permainan tradisional tersendiri mungkin dapat menjadikannya sebagai terapi. Namun yang dapat dianggap sesuai atau relevan dengan permasalahan konseli.

C. Keterbatasan Penelitian

Konselor merasa memiliki keterbatasan dalam mengupas kajian teoritik yang terkait, konselor lebih banyak mengambil referensi kajian tersebut dari jurnal-jurnal ilmiah, karena rumitnya mengakses atau mencari buku-buku pada masa pandemi ini. Tidak semua buku dapat di akses dengan mudah. Semoga pada penelitian selanjutnya ada inovasi maupun tambahan-tambahan yang dapat melengkapi pembahasan teori tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustinus, Nilwan. *Pemrograman Animasi dan Game Profesional*, Jakarta: Elex Media Komputondo, 2007.
- Anggito, Albi., Johan Setiawan. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, Sukabumi: CV Jejak, 2018.
- Alquran, Al-Anbiya : 107
- Alquran, Ali Imran : 159
- Alquran, Al jumuah : 11
- Anisa, Nurul Utami, dkk. *Dampak Negatif Adiksi Penggunaan Smartphone Terhadap Aspek-Aspek Akademik Personal Remaja*, Jurnal Perspektif Ilmu Pendidikan”, Vol. 33 No. 1, 2019.
- Ardianto, Asep. *Bermain sebagai sarana pengembangan kreativitas anak usia dini*, Jurnal Olahraga. Vo. 2, No. 2, 2017
- Arifin, M. Ilmu Pendidikan Islam, Jakarta: Bumi Aksara, 2014
- Atik, Wartini & Muhammad, Askar. *Alquran dan Pemanfaatan Edukatif pada Anak Usia Dini*, Jurnal Al-Afkar. Vol. 3, No. 1, 2015.
- Aisyah, Siti. *Pendidikan Fitrah dalam Perspektif Hdits*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah. Vol. 9, No. 1, 2019.

- Bachtiar , *Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif*, Jurnal Teknologi Pendidikan, Vol. 10 No. 1, 2010
- Christina, Dwi Rahayuni. *Studi Tingkat Kecemasan Remaja No Mobile Phone Phobia (Nomophobia)*, Jurnal Keperawatan Vol. 7 No.1, 2019.
- Chen, C.Y. & Chang, S.L, *An Exploration of Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Feature*, Asian Journal of Health and Information Sciences. Vol. 3 No. 1, 2008.
- Desminta. *Psikologi Perkembangan*, Bandung:PT. Remaja Rosda Karya, 2009.
- Fitri, Ahyani Radhiani. *Regulasi Emosi Odapus (Orang Dengan Lupus Atau Systemic Lupus Erythematosus)*, Jurnal Psikologi, Vol. 08, No. 01, 2012)
- Gustin, M., Sobry. *Peran smartphone Terhadap pertumbuhan Anak*, Jurnal Penelitian Guru Indonesia, Vol. 2 No. 2, 2017
- Hadhari, *Tela'ah atas Keteladanan Rasulullah Saw. Dalam Mendidik Anak*, Jurnal Sumbula, Vol. 1, No. 1, 2016.
- Hartati, Sofia. *Perkembangan Belajar Pada Anak Usia Dini*, Jakarta: Direktorat pendidikan Nasioanal, 2005.
- Hasanah, Hasyim. *Teknik-Teknik Observasi*, Jurnal At-Taqaddum, Vol. 8 No. 1, 2016.
- Hasanah, Uswatun. *Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini*, Jurnal Pendidikan Anak, vol. 5, no. 1, 2016
- Huges. *Education Games menjadi cerdas dan ceria dengan permainan edukatif*. Yogyakarta:Pilar Media, 1999

Hurlock. *Psikologi Perkembangan edisi ke lima*, Jakarta: Erlangga, 2002.

Health Centre, Jurnal Ilmu Keperawatan, Vol. 5, No. 2, 2017

http://id.m.wikipedia.org/wiki/ponsel_cerdas

<https://lintasgayo.co>

<https://muslim.or.id/54818-fikih-ringkas-membawa-anak-ke-masjid.html>

<http://amp.kompas.com/tekno/read/2016/12/19/09410067/pakai.ponsel.5.5.jam.sehari.orang.indonesia.ngapain.saja>.

<https://www.bbc.com/Indonesia/dunia-53922807>

Jordan, Efraim Palar. *Hubungan Peran Keluarga Dalam Menghindari Dampak Negatif Penggunaan Gadget Pada Anak Dengan Perilaku Anak Dalam Penggunaan Gadget*, Jurnal Keperawatan, Vol. 6 No. 2, 2018.

Jannah, Miftahul. *Tugas-Tugas Perkembangan Pada Usia Kanak-Kanak*, Journal of Child and Gender Studies, Vol. 1 No. 2, 2015.

Kamisah & Herawati. *Mendidik Anak Ala Rasulullah (Propethic parenting)*". Jurnanal of Education Science. Vo. 5, No. 1, 2019.

Kusnadi, Cici. *Prinsip-Prinsip Ajaran Islam yang Membuat Islam Mudah Berkembang di Dunia*. Jurnal ilmiah ilmu Tarbiyah dan Ekonomi Syari'ah. Vol. 6. No. 10, 2019.

Lestari, Ayu & Sahat Saragih. *Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online*, Jurnal Psikologi Indonesia. Vol. 5, No. 2, 2016.

Laili, Ma'rifatul & Nuryono. *Penerapan Konseling Keluarga untuk Mengurangi Kecanduan Game*

- Online Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 21 Surabaya*, Jurnal BK. Vol. 5, No. 1, 2015.
- Noverita, dkk, *Play Therapy on Anxiety Levels of Children Aged 3-5 Years Old Treated at Community Pupu*, Saepul Rahmat. *Penelitian Kualitatif*, Jurnal Equilibrium, Vol. 5 No. 9, 2009.
- Pakpahan, Roida. dan Yuni Fitriai, *Analisa Pemanfaatan Teknologi Informasi Dalam Pembelajaran Jaraj Jauh di Tengah Pandemi Virus Corona Covid-19*, Jurnal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research”, Vol. 4 No. 2, 2020.
- Qosim, Nursheha Dzulhadi. *Islam sebagai Agama dan Peradaban*. Jurnal Tsaqafah. Vol. 2, No. 1, 2015.
- Samsiah, *Permainan Catch me mesntsimulasi perkembangan anak*, Jurnal of Indonesia aerly childhood education. Vol. 1, No.2, 2018
- Septriyanti, Meri & Yurida. 2019 skripsi: “*Pemanfaatan Waktu Luang Menurut Beberapa Hadits Rasulullah Saw. dan Pengembangan dalam Bimbingan Islam*” (Banda Aceh: UIN Arranirry), hal. 51
- Soejipto, artikel Pertiwi, *Perilaku Adiksi Game Online*, 2007.
- Syahyudin, Didin. *Pengaruh Gadget Terhadap Pola Interaksi Sosial dan Komunikasi Siswa*, Jurnal Kehumasan, Vol. 2 No. 1, 2019.
- Subakti, Krisna. *Pengaruh Game Online Terhadap Remaja*, Jurnal Curere, Vol. 1 No. 1, 2017.
- Utami, Budiayati, *Menanamkan Ajaran Rasulullah SAW dalam Menididik Anak Sejak Usia Dini*, Jurnal Pendidik Anak Cerdas dan Pintar, Vol. 4 No. 1, 2020.
- Warisanbudaya.kemendikbud.go.id

- Wijaya, Ariyana & Deni Arifianto. *Cara Top Bikin Komputer Top*, Jakarta: Kawan Pustaka, 2009.
- Wahyu, Wiji Styorini & Nedi Kurnaedi. *Pentingnya Figur Orangtua dalam Pengasuhan Anak*. Jurnal Psikologi Unissula. Vol. 4, N0. 1, 2018.
- Wikipedia.org, *Permainan Darling (Game Online)*.
- Yee, N, *Motivation of Play in Online Games*, (*Cyber Psychology dan Behavior*, 2013.
- Young K. 2000. *Cyber-Disorders: The Mental health concern for the New Millennium*, cyberPsichology & Behaviour, Vol. 3 No. 5, 2013.
- Zamzami, Fitriani. “Sosok Penyayang, Rasulullah SAW Bermain Riang dengan Anak” XA