

Evektivitas Permainan Ular Tangga Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online Terhadap Siswa SMP

Magfhira Astari Putri^{1*}, Ratna Wulandari², Rukiana Novianti Putri³

^{1*,2,3}Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Makassar, Makassar, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Mar 04, 2025

Accepted May 21, 2025

Published Online Jun 13, 2025

Keywords:

Kecanduan Game Online
Permainan Ular Tangga
Konseling Kelompok
Siswa

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas permainan ular tangga dalam meminimalisir kecanduan game online pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Makassar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa yang dipilih berdasarkan kecenderungan bermain game online. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kecanduan game online dan lembar respons permainan ular tangga. Analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan paired sample t-test menggunakan bantuan SPSS 26. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil uji paired sample t-test memperoleh nilai $t = 50,305$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa permainan ular tangga efektif dalam mengurangi tingkat kecanduan game online siswa. Implementasi permainan ular tangga dalam layanan konseling kelompok mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam interaksi sosial, melatih pengendalian diri, serta mengalihkan perhatian dari aktivitas bermain game online yang berlebihan. Penelitian ini terbatas pada penggunaan desain satu kelompok tanpa kelompok kontrol dan melibatkan jumlah sampel yang relatif kecil, sehingga generalisasi hasil masih terbatas. Temuan penelitian memberikan implikasi praktis bagi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan media layanan yang inovatif untuk mengatasi kecanduan game online di kalangan siswa. Penelitian ini menawarkan alternatif intervensi berbasis permainan tradisional yang dipadukan dengan layanan konseling kelompok sebagai strategi preventif dan kuratif dalam meminimalisir kecanduan game online pada siswa SMP.



Corresponding Author:

Magfhira Astari Putri,
Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam,
Fakultas Agama Islam,
Universitas Muhammadiyah Makassar, Makassar, Indonesia,
Jalan Sultan Alauddin 2 No 6A, Kota Makassar, Makassar, Indonesia
Email: magfhiraastariputri1505@gmail.com

How to cite: Putri, M. A., Wulandari, R., & Putri, R. N. (2026). Evektivitas Permainan Ular Tangga Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online Terhadap Siswa SMP. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 6(2), 609–623. <https://doi.org/10.51574/jrip.v6i2.5025>

Penerapan Permainan Ular Tangga Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online Terhadap Siswa SMP

1. Pendahuluan

Berdasarkan berbagai temuan penelitian, kecanduan game internet di kalangan siswa merupakan masalah yang semakin mendapat perhatian di kalangan komunitas pendidikan. Studi menunjukkan bahwa bermain game online mungkin berdampak negatif pada motivasi belajar, fungsi kognitif, disiplin, dan interaksi sosial di kalangan siswa. Situasi ini menunjukkan bahwa bermain game online bukan hanya sekadar kebiasaan, tetapi juga berpotensi berdampak negatif pada perkembangan akademik, sosial, dan psikologis siswa. Fenomena ini juga signifikan di Indonesia sendiri, sebuah laporan menyatakan bahwa sekitar 14% siswa SMP dan SMA di Jakarta mengalami masalah internet, beberapa di antaranya terkait dengan bermain game online (Larasati & Rista, 2023). Dampak segera yang paling terasa akibat penggunaan yang berlebihan ini adalah pergeseran perilaku pengguna dari hanya mencari kesenangan menjadi sebuah kecanduan.

Kekhawatiran tentang ancaman itu terbukti nyata melalui sejumlah dampak negatif yang muncul di lingkungan pendidikan, baik dari segi akademis maupun disiplin. Ketergantungan atau kecanduan (seperti kecanduan game) telah berkembang menjadi sebuah isu psikososial yang sangat penting dalam tahap pertumbuhan remaja. Meskipun kemajuan teknologi telah memudahkan siswa mengakses sumber daya pembelajaran, kemajuan tersebut juga memiliki konsekuensi negatif, seperti meningkatnya kecanduan game online di kalangan siswa. Akibatnya, siswa kurang peduli dengan aktivitas sosial, kehilangan kendali atas waktu, memiliki prestasi akademik yang lebih rendah, serta mengalami masalah dalam interaksi interpersonal, kondisi keuangan, dan kesejahteraan fisik. Hal ini berdampak buruk pada kehidupan dan perkembangan siswa (Hasibuan & Anggreni, 2022). Apabila perilaku yang merusak ini dibiarkan begitu saja tanpa tindakan perbaikan, maka kemungkinan munculnya masalah yang lebih besar akan membahayakan masa depan pendidikan dan kehidupan pribadi siswa.

Kepribadian seperti ini membuat anak maupun remaja sulit beradaptasi dengan orang-orang di sekitarnya dan sulit untuk mendapatkan teman seangkatan mereka. Pertumbuhannya remaja mengalami perubahan perilaku, bentuk tubuh, keinginan, dan perubahan suasana hati yang tidak stabil (Kadek et al., 2023). Satu masalah yang bisa terjadi akibat kecanduan bermain game online adalah mengurangi waktu untuk berinteraksi dengan orang lain karena mereka lebih memilih bermain game online daripada berinteraksi dengan orang-orang di sekitar. Pemain game online yang kecanduan bisa menghabiskan banyak jam sehari hanya untuk bermain. Menyaksikan peningkatan efek buruk yang merusak struktur akademik dan pembentukan karakter siswa ini, kehadiran program layanan bimbingan dan konseling di institusi pendidikan menjadi sesuatu yang mendesak dan tidak bisa ditangguhkan lebih lama.

Dalam menjalankan pentingnya hal tersebut, Konselor Pendidikan (BK) memiliki tugas untuk merancang pendekatan yang fleksibel guna mengurangi ketergantungan siswa. Mengevaluasi tingkat kecanduan game online pada anak-anak berusia 8–20 tahun dengan menggunakan metode *Certainty Factor* (CF) dengan algoritma *K-Nearest Neighbor* (K-NN). Data dikumpulkan dari 100 sampel, dengan 30% untuk pengujian dan 70% untuk pelatihan. Oleh karena itu, 25 anak dianggap kecanduan rendah, 34 sedang, dan 41 parah. Metode ini memiliki akurasi 80% dan dapat diterapkan pada sistem berbasis web Laravel. Menurut penelitian ini, kombinasi CF dan K-NN efektif dalam mendeteksi dan mengklasifikasikan kecanduan game online (Mutia & Widyassari, 2025). Oleh karena itu, dibutuhkan sebuah layanan yang inovatif yang menggabungkan media permainan yang kreatif ke dalam proses konseling untuk menciptakan atmosfer terapeutik yang menyenangkan.

Selain itu, beberapa game online juga memiliki konten yang bersifat kekerasan, pornografi, atau berbahaya bagi anak dan remaja yang belum dewasa secara fisik dan mental bukan hanya kekerasan dan pornografi tetapi remaja juga bisa menggunakan bahasa kasar karena bermain game online. Karena itu, orang yang kecanduan game cenderung lebih mudah terlihat agresif dalam berbagai hal (Ageng Kanda Saepudin S & Diana Feriska Putri, 2024). Remaja yang terlibat dalam kecanduan permainan akan mengurangi waktu untuk belajar dan berinteraksi dengan teman sebaya mereka. Apabila hal ini terjadi secara berulang dalam jangka waktu lama, diperkirakan anak akan mengasingkan diri dari interaksi sosial, kurang peka terhadap lingkungan, dan tidak memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan keadaan di sekitarnya (Anwar & Winingsih, 2021). Selain bermain game online orang bisa memainkan permainan tradisional juga agar berinteraksi dengan orang sekitar.

Dalam surah Al-Asr surah ke 103 ayat 1-3 yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ۱ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۲ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ۳

Artinya: “Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran.”

Pada ayat tersebut menekankan pentingnya waktu, kesabaran, saling menasihati pada kebenaran dan kesabaran. Surah Al-Asr memberikan dasar semangat dan nilai moral yang kuat dalam upaya mengatasi kecanduan bermain game online, karena membahas pentingnya mengatur waktu, mengenali bahaya dari tindakan tidak terkendali, serta memperkuat iman dan kesabaran. Hal ini menimbulkan tantangan bagi guru untuk memastikan bahwa mereka terus menjadi sumber belajar yang paling penting bagi siswa mereka. Atas dasar pertimbangan empiris tersebut, penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Makassar, sebuah sekolah yang juga tidak luput dari fenomena maraknya siswa kelas tujuh yang mengindikasikan gejala ketergantungan pada *game online*.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMP Negeri 1 Makassar pada tanggal 1 Oktober 2025 di sekolah tersebut, terlihat bahwa banyak siswa aktif bermain *game online*. Fenomena ini menimbulkan dampak negatif, seperti penggunaan kata-kata kasar dalam interaksi mereka. Selain itu, berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwa siswa terlalu bebas dalam penggunaan *smartphone*. Observasi juga menunjukkan adanya perkembangan yang melampaui batas usia pada sebagian besar siswa, baik dari segi psikologis, tindakan, maupun kognitif.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling pada tanggal 1 Oktober 2025 di sekolah mengatakan bahwa jika mengenai kecanduan game online hampir semua siswa mengalami hal tersebut. Hal ini menjadi perhatian lebih karena dampaknya cukup signifikan terhadap aktivitas belajar mereka. Guru bimbingan dan konseling juga menyatakan perlu ada upaya pencegahan dan bimbingan bagi siswa. Dengan demikian, penanganan kecanduan game harus menjadi prioritas di lingkungan sekolah.

Melalui pemanfaatan permainan ular tangga dalam proses pendampingan dan konseling, diharapkan dapat ditemukan cara yang tidak hanya efisien, tetapi juga menyenangkan bagi para siswa. Berdasarkan kajian literatur yang relevan, penelitian oleh Salsabila Azzahra Rahma Putri mengungkapkan adanya tingkat kecanduan yang cukup tinggi di kalangan siswa SD, sementara studi yang dilakukan oleh Rona Febriyona dan Inne Ariane Gobel menunjukkan kemungkinan permainan ular tangga sebagai media untuk mengurangi efek negatif dari penggunaan gadget. Di samping itu, penelitian oleh Agustia Rizqina Putri mendukung efektivitas permainan ular tangga dalam mengurangi kecanduan terhadap permainan daring. Temuan dari studi awal ini memberikan dasar yang kuat untuk penerapan layanan konseling kelompok dengan menggunakan permainan ular tangga dalam menangani kecanduan game online (Putri et al., 2023).

Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk layanan dari bimbingan dan konseling dimana dalam kegiatan ini memungkinkan klien mendapatkan sebuah kesempatan

untuk membahas dan menyelesaikan masalah yang dihadapi melalui dinamika kelompok, masalah dalam hal ini dapat berupa masalah pribadi yang anggota kelompok tersebut alami. Penggunaan konseling kelompok di mana terdapat dinamika kelompok yang dapat dimanfaatkan untuk mencari solusi, menjadikan proses konseling kelompok ini dapat dilaksanakan cara terbuka dengan tujuan untuk melakukan pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dimiliki oleh anggota kelompok. Konseling Kelompok adalah suatu upaya guru BK/Konselor dalam membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Pada konseling kelompok, dinamika harus dapat dikembangkan secara baik, sehingga mendukung pencapaian tujuan layanan secara efektif (Habsy et al., 2024).

Konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/konseli dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga peserta didik/konseli dapat mengatasi masalah (Pratiwi & Karneli, 2024).

Layanan kelompok adalah bantuan konsultasi dan konseling yang dilakukan untuk suasana kelompok, yang tujuannya adalah untuk meringankan masalah anggota kelompok melalui aliran kelompok. Konseling kelompok tidak hanya menawarkan layanan kelompok, tetapi juga bertujuan untuk melaksanakan, mendiskusikan, dan memecahkan problem pribadi dengan bantuan setiap individu kelompok lainnya (Darusman & Timur, 2023).

Layanan konseling kelompok melibatkan sejumlah peserta yang dipandu oleh seorang konselor terlatih, yang memungkinkan dinamika kelompok untuk menggali isu-isu pribadi dan membantu individu menyelesaikan masalah mereka. Dalam konseling kelompok, anggota kelompok berbicara tentang masalah pribadi mereka, dan keberhasilan proses konseling kelompok bergantung pada efektivitas dinamika kelompok tersebut. Seorang konselor yang terlatih memimpin sesi konseling kelompok secara profesional. Tujuan dari konseling kelompok adalah membantu individu dalam menyelesaikan masalah pribadi mereka sambil meningkatkan kemampuan sosialisasi dan komunikasi. Perbedaan antara bimbingan kelompok dan konseling kelompok terletak pada tujuan, jumlah anggota, karakteristik kelompok, dan teknik yang digunakan. Dalam konseling kelompok, berbagai teknik termasuk komunikasi efektif, inisiatif dalam diskusi, dorongan minimal, penjelasan, dan pelatihan untuk perubahan perilaku dapat diterapkan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Romiaty et al., 2023).

Ular Tangga adalah suatu media permainan yang sering dimainkan oleh anak-anak dengan menggunakan dadu guna menentukan berapa langkah kotak yang harus dijalankan dari start hingga menuju finish, sehingga memperoleh kemenangan. Ular Tangga adalah permainan papan untuk anak-anak yang dimainkan oleh dua orang atau lebih. Papan permainan dibagi dalam kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah tangga atau ular yang menghubungkannya dengan kotak lain (Myrna Apriany Lestari & Eli Hermawati, 2023). Permainan Ular Tangga adalah permainan papan untuk anak-anak yang dimainkan oleh 2 orang atau lebih. Seorang siswa akan meletakkan pion sesuai dengan banyak angka yang diperolehnya. Jika pion mereka berada di tangga maka pion tersebut akan menaiki tangga namun sebaliknya jika berada di ekor ular maka harus turun ke bawah (Ferryka, 2018).

Pada permainan teknik ular tangga terdapat 2 aspek yaitu:

- a. Emosional
Emosional adalah suatu proses dimana anak melatih rangsangan-rangsangan sosial terutama yang didapat dari tuntutan kelompok serta belajar bergaul dan bertingkah laku (Ijar Salna et al., 2024).
- b. Relasional
Relasional merupakan kemampuan untuk menarik kesimpulan, aturan atau prosedur tertentu dari hubungan matematis yang lebih umum (Tianingrum & Sopiany, 2017).

Kecanduan atau *addiction* menurut Grispon dan Bokular adalah suatu keadaan interaksi antara psikis terkadang juga fisik dari organisme hidup dan obat, dibedakan oleh tanggapan perilaku dan respon yang lainnya yang selalu menyertakan suatu keharusan untuk mengambil obat secara terus menerus atau berkala untuk mengalami efek psikis, dan kadang-kadang untuk menghindari ketidaknyamanan ketiadaan dari obat. Kecanduan atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat, apabila obat hius dihentikan.

Game online adalah game (permainan) dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi online (LAN atau Internet). Multiplayer online game merupakan pengembangan dari game yang dimainkan satu orang, dalam bagian yang besar, menggunakan bentuk yang sama dan metode yang sama serta melibatkan konsep umum yang sama seperti semua game lain perbedaannya adalah bahwa untuk multiplayer game dapat dimainkan oleh banyak orang dalam waktu yang sama. Kecanduan game online merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan aneterne *addictive disorder* Sepem yang menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan salah satunya adalah *Computer game Addiction* (berlebihan dalam *benzin game*). Dari sini terlihat bahwa game online merupakan bagian dan setemet yang sering dikunjungi dan sangat digemari dan bahkan bisa mengakibatkan kecanduan yang memiliki miensitas yang sangat tinggi (Rahmat, 2018).

Kecanduan *game online* merupakan kecanduan yang banyak terjadi pada anak-anak pada masa sekarang yang mengakibatkan kesehatan fisik, psikis, dan kognitif mereka terganggu maupun tutur kata mereka yang tidak terkontrol. Kecanduan game online adalah suatu kondisi di mana seseorang sangat terikat dengan kebiasaan dan tidak dapat melepaskan diri dari bermain *game online*. Ada dua faktor yang menyebabkan kecanduan *game online*, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi remaja yang mengalaminya. Dampak yang akan muncul akibat kecanduan *game online* meliputi lima aspek, antara lain aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial, dan aspek keuangan.

Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi remaja yang mengalaminya. Dampak yang akan muncul akibat kecanduan *game online* meliputi lima aspek, antara lain aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial, dan aspek keuangan.

a. Aspek kesehatan.

Kecanduan *game online* mengakibatkan kesehatan remaja menurun. Remaja yang kecanduan *game online* memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan.

b. Aspek psikologis.

Banyaknya adegan *game online* yang memperlihatkan tindakan kriminal dan kekerasan, seperti: perkelahian, perusakan, dan pembunuhan secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar remaja bahwa kehidupan nyata ini adalah layaknya sama seperti di dalam game online tersebut. Ciri-ciri remaja yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh game online, yakni mudah marah, emosional, dan mudah mengucapkan kata-kata kotor.

c. Aspek akademik.

Usia remaja berada pada usia sekolah yang memiliki peran sebagai siswa di sekolah. Kecanduan game online dapat membuat performa akademiknya menurun. Waktu luang yang seharusnya sangat ideal untuk mempelajari pelajaran di sekolah justru lebih sering digunakan untuk menyelesaikan misi dalam game online. Daya konsentrasi remaja pada

umumnya terganggu sehingga kemampuan dalam menyerap pelajaran yang disampaikan guru tidak maksimal.

d. Aspek sosial.

Beberapa gamer merasa menemukan jati dirinya ketika bermain game online melalui keterikatan emosional dalam pembentukan avatar, yang menyebabkannya tenggelam dalam dunia fantasi yang diciptakannya sendiri. Hal ini dapat membuat kehilangan kontak dengan dunia nyata sehingga dapat menyebabkan berkurangnya interaksi. Meskipun ditemukan bahwa terjadi peningkatan sosialisasi secara online namun di saat yang sama juga ditemukan penurunan sosialisasi di kehidupan nyata. Remaja yang terbiasa hidup di dunia maya, umumnya kesulitan ketika harus bersosialisasi di dunia nyata. Sikap antisosial, tidak memiliki keinginan untuk berbaur dengan masyarakat, keluarga dan juga teman-teman adalah ciri-ciri yang ditunjukkan remaja yang kecanduan game online.

e. Aspek keuangan.

Bermain game online terkadang membutuhkan biaya, untuk membeli voucher saja supaya tetap bisa memainkan salah satu jenis game online dibutuhkan biaya yang tidak sedikit. Remaja yang belum memiliki penghasilan sendiri dapat melakukan kebohongan (kepada orang tuanya) serta melakukan berbagai cara termasuk pencurian agar dapat memainkan game online (Novrialdy, 2019).

2. Metode Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah suatu bentuk penelitian yang menggunakan pengumpulan data numerik dan teknik analitik untuk menguji hipotesis, menarik kesimpulan, dan memahami hubungan antar variabel yang diteliti. Penelitian kuantitatif adalah metodologi penelitian yang menggunakan Teknik ilmiah untuk mengumpulkan data numerik, melakukan analisis statistik, dan menarik kesimpulan berdasarkan temuan. Pemanfaatan metodologi penelitian kuantitatif memungkinkan peneliti menguji hipotesis secara objektif, menarik generalisasi yang lebih luas tentang populasi, dan memberikan data empiris yang kuat untuk memperkuat Kesimpulan mereka (Candra Susanto et al., 2024). Pada penelitian ini menggunakan permainan ular tangga yang telah di modifikasi dengan menggunakan kartu pertanyaan-pertanyaan

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen (rancangan pre-experimental design) yang di dalamnya ada perlakuan (treatment). Penelitian eksperimen ini dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sri Rizqi Wahyuningrum, 2021).

Desain eksperimen tipe *One-Group Pretest-Posttest*. Desain metode *One Group Pretest Posttest* Design yakni pengujian subjek penelitian dengan memberikan tes awal (*pretest*) terlebih dahulu untuk menguji sejauh mana kemampuan awal yang diketahui oleh partisipan. Setelah dilakukan tes awal, selanjutnya partisipan akan diberikan perlakuan, yaitu dengan bermain ular tangga. Partisipan akan diberikan tes akhir (*Posttest*) untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan ular tangga dalam mengatasi kecanduan *game online*.

O1	X	O2
----	---	----

Keterangan:

O1= Tes Awal (Pretest) Sebelum Perlakuan

X = Perlakuan

O2= Tes Akhir (Posttest) setelah diberi Perlakuan (Al Muhandis & Riyadi, 2023).

Skala Likert ialah skala yang dapat dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena pendidikan. Skala Likert adalah suatu skala psikometrik yang umum digunakan dalam kuesioner, dan merupakan skala yang paling banyak digunakan dalam riset berupa survei dan penelitian karena merupakan skala yang paling mudah digunakan (Sada Harahap et al., 2023).

Kuesioner adalah instrumen yang digunakan untuk mengukur suatu peristiwa atau kejadian yang berisi kumpulan pertanyaan untuk memperoleh informasi terkait penelitian yang dilakukan. Tidak jarang, peneliti dituntut untuk membuat kuesioner sendiri. Data yang baik dan benar tergantung pada baik tidaknya alat ukur dalam penelitian, dalam hal ini adalah kuesioner. Baik tidaknya instrument penelitian dapat ditentukan oleh validitas dan reliabilitasnya (Amalia et al., 2022).

Selanjutnya, pengujian keandalan dilakukan melalui metode Alpha Cronbach untuk menilai kestabilan kuesioner yang diterapkan. Sebuah alat atau variabel dalam studi ini dianggap dapat diandalkan dan stabil jika nilai Alpha Cronbach-nya lebih dari 0,60. Hasil pemrosesan data statistik dengan SPSS 26 mengindikasikan bahwa instrumen penelitian telah memenuhi kriteria keandalan yang telah ditetapkan, sehingga informasi yang diperoleh dari kuesioner tersebut layak dijadikan acuan untuk mengevaluasi perubahan perilaku siswa sebelum dan setelah mendapatkan intervensi berupa layanan konseling kelompok yang menggunakan permainan ular tangga.

Pelaksanaan pretest dalam penelitian ini dilakukan pada tanggal 6 Januari 2026 kepada seluruh siswa kelas VII 3. Pretest diberikan sebelum proses perlakuan dimulai, dengan tujuan untuk mengetahui kondisi awal siswa terkait variabel yang diteliti. Tahap ini sangat penting karena menjadi dasar untuk memahami kondisi responden sebelum diberikan intervensi atau perlakuan oleh peneliti. Pretest dalam penelitian ini menggunakan dua jenis instrumen, yaitu kuesioner tingkat kecanduan game online dan kuesioner permainan ular tangga.

Layanan konseling kelompok dengan menggunakan permainan ular tangga dilakukan sebanyak dua kali pertemuan kepada siswa kelas VII 3. Layanan ini bertujuan sebagai bentuk intervensi untuk membantu siswa memahami dan mengurangi kecanduan bermain game online. Proses konseling dilakukan secara terencana dan terstruktur agar tujuan dapat tercapai dengan baik.

Pembahasan

Post-test dalam penelitian ini dilakukan pada tanggal 11 Januari 2026 kepada 20 siswa kelas VII.3 setelah mereka mengikuti layanan konseling kelompok yang menggunakan permainan ular tangga. Post-test dilakukan sebagai bagian akhir dari penelitian untuk memperoleh informasi mengenai perubahan kondisi siswa setelah menerima perlakuan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah layanan konseling diberikan. Pada tahap awal, mayoritas siswa menunjukkan perilaku bermain *game online* tanpa memperhatikan situasi kelas, bahkan saat guru berada di depan kelas menyampaikan materi pembelajaran. Sikap kurang fokus, rendahnya perhatian terhadap penjelasan guru, serta kecenderungan mengabaikan aturan kelas merupakan indikasi bahwa aktivitas bermain game online telah memengaruhi pola belajar dan kedisiplinan siswa.

Tabel 1. Hasil *post- test Interval Skor Post-test Kecanduan Game Online*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	242 – 330	Tinggi	20	100%
2.	153 – 241	Sedang	0	-
3.	64 - 152	Rendah	0	-
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 1 hasil *post- test interval skor post-test kecanduan game online* semua responden yang memiliki hasil pre-test yang berbeda dari hasil post-test yang dilakukan sebelumnya. Skor yang dihasilkan dari post-test mulai dari 242 sampai 295 untuk kecanduan game online. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan dan capaian yang positif dari siswa setelah pelaksanaan treatment.

Tabel 2. Hasil *post- test Interval Skor Post-test Permainan Ular Tangga*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	121 - 165	Tinggi	0	100%

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
2.	76 – 120	Sedang	20	-
3.	31 - 75	Rendah	0	-
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 2 Hasil *post- test Interval Skor Post-test Permainan Ular Tangga* semua responden yang memiliki hasil pre-test yang berbeda dari hasil post-test yang dilakukan sebelumnya. Skor yang dihasilkan dari post-test permainan ular tangga mulai dari 122 sampai dengan 159. Hasil ini menunjukkan adanya penurunan dan pencapaian dari penerapan permainan ular tangga.

Table 3. Uji Normalitas *Shapiro* Kecanduan game online

N	Test Statistic	Asymp Sig.2 Tailed
20	.880	0.18

Berdasarkan hasil tabel 3, diketahui bahwa hasil dari ujinormalitas *komogorov* dan *sminorv* terhadap data kecanduan *game online* dan penerapan permainan ular tangga. Memiliki total sebesar 0,18 yang menandakan bahwa hasilnya signifikan uji $>0,05$.

Table 4. Uji Normalitas Kolomogrov Penerapan Permainan Ular tangga

N	Test Statistic	Asymp Sig.2 Tailed
20	.153	.200

Berdasarkan tabel 4 Uji Normalitas Kolomogrov Penerapan Permainan Ular Tangga, diketahui bahwa hasil dari ujinormalitas *komogorov* dan *sminorv* terhadap data kecanduan *game online* dan penerapan permainan ular tangga. Memiliki total sebesar .200 yang menandakan bahwa hasilnya signifikan uji $>0,05$.

Uji Linearitas

Hasil uji linearitas berdasarkan ANOVA menunjukkan adanya hubungan linier yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini..dengan menggunakan SPSS 26. For *Windows*.

Table 5. Hasil Uji Liniearitas ANOVA Tabel

	Nilai Sig
<i>Linearity</i>	0,000
<i>Deviantion from Linearity</i>	0.785

Dari perhitungan yang disajikan pada tabel 5 Hasil Uji Liniearitas ANOVA di atas, nilai Signifikan *Liniearity* sebesar 0.000. maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan fungsional linear yang signifikan antara variable X dan varibe Y, karena nilai *Linearity* lebih kecil dari 0,05 atau $0,000 < 0,05$.

Uji Hipotesis

Pada penelitian ini, uji hipotesis tersebut digunakan untuk melihat apakah terjadi perubahan tingkat kecanduan game online setelah peserta didik diberikan perlakuan tertentu. Dasar pengambilan keputusan dalam uji hipotesis ini didasarkan pada nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) dengan taraf signifikansi sebesar 0,05. Jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis nol (H_0) ditolak, dan jika nilai signifikansi lebih besar atau sama dengan 0,05, maka hipotesis alternatif (H_1) diterima dengan menggunakan *Paired Sample T-test* pada SPSS 26. for *Windows*.

Table 6. Hasil perhitungan Paired Sample T-test

Game Online- Ular Tangga	Mean	Std. devantion	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	Sing. (2- tailed)
	-							
	126.0000	11.20150	2.5047	120.7575	131.24	50.30	19	.000
	0		3	3	247	5		

Hasil uji Table 6, *Paired Sample T-Test* menunjukkan perbedaan mean yang signifikan antara skor Game Online dan Ular Tangga. Perbedaan mean negatif sebesar -126,00000 mengindikasikan bahwa Ular Tangga menghasilkan skor rata-rata yang jauh lebih tinggi, dengan signifikansi statistic yang sangat kuat ($p < 0,001$). Dengan kata lain, penerapan permainan ular tangga dalam penelitian ini efektif dalam menurunkan tingkat kecanduan *game online* responden. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan berhasil dalam mengurangi kecanduan *game online*.

Hasil penelitian awal menunjukkan bahwa tingkat kecanduan bermain *game online* di kalangan siswa kelas VII.3 SMP Negeri 1 Makassar secara umum tergolong sedang. Situasi ini menunjukkan bahwa meskipun siswa tidak sepenuhnya berada dalam tahap kecanduan yang parah, mereka telah menunjukkan tanda-tanda klinis yang terkait dengan kecanduan. Pola perilaku ini terlihat dari pengamatan awal yang menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan untuk menggunakan perangkat mereka secara sembarangan, kurang konsentrasi dalam mengikuti pelajaran, dan seringkali bermain game tanpa memperhatikan kehadiran guru di kelas. Dari sudut pandang psikologis dan akademis, frekuensi bermain game online yang tinggi pada kategori sedang ini berkaitan dengan penurunan kualitas interaksi sosial dan kemampuan mengendalikan diri. Remaja yang terjebak dalam kegiatan digital yang berlebihan ini mulai mengabaikan waktu belajar dan tanggung jawab akademis, yang pada gilirannya dapat menyebabkan prokrastinasi akademik serta jarangny hubungan dengan lingkungan sosial yang nyata. Fenomena ini sejalan dengan teori yang mendukung penggunaan media digital yang menyatakan bahwa salah satu penyebab utama kecanduan di kalangan remaja adalah lemahnya kemampuan kendali diri dan adanya dorongan untuk mencari pelarian dari kebosanan atau stres yang dihadapi di sekolah.

Setelah dilakukan perlakuan berupa sesi konseling kelompok dengan memanfaatkan permainan ular tangga yang telah dimodifikasi, data post-test menunjukkan adanya penurunan yang sangat signifikan dalam skor kecanduan game online. Uji hipotesis menggunakan *Paired Sample T-test* memberikan nilai signifikansi ($p < 0,001$), yang mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif (H_a) secara empiris diterima. Temuan ini secara ilmiah membuktikan bahwa penggunaan permainan ular tangga merupakan strategi intervensi yang efektif dalam mengurangi kecanduan *game online* di kalangan siswa.

Secara teori, ketergantungan pada permainan daring mencakup pemenuhan kebutuhan dopamin melalui rangsangan visual serta sistem penghargaan yang ada di dalam permainan. Dengan memodifikasi permainan ular tangga yang menyertakan "kartu pertanyaan" edukatif tentang efek buruk dari permainan online, para siswa menjadi lebih aktif dalam berolahraga dan menikmati interaksi langsung. Ini memicu peralihan perhatian dari dunia digital ke dunia nyata yang lebih positif. Aktivitas bermain secara langsung ini sukses menyatukan kebutuhan bermain remaja dalam bentuk permainan tradisional yang nyata dan berarti.

Permainan ular tangga secara alami mengharuskan pemain untuk mengikuti aturan yang sudah ditetapkan: melempar dadu, memindahkan pion sesuai dengan angka yang didapat, bersabar menunggu giliran, dan juga menerima konsekuensi logis saat harus menaiki tangga atau turun karena ekor ular. Konsep ini diperkuat oleh teori perkembangan sosial-emosional yang menunjukkan bahwa permainan terstruktur dalam kelompok membantu individu

mengasah keterampilan dalam mengatur diri, mengontrol emosi yang bersifat impulsif, dan mengendalikan perilaku agresif. Pembiasaan untuk mematuhi aturan permainan yang nyata ini secara perlahan merekonstruksi kemampuan pengendalian diri siswa yang sebelumnya terganggu akibat kenyamanan yang ditawarkan oleh ekosistem permainan online.

Penerapan metode konseling dalam kelompok menawarkan keuntungan tersendiri dibandingkan dengan bimbingan dalam bentuk klasik atau individu yang bersifat lebih pasif. Adanya kelompok yang homogen dengan permasalahan yang sama membuat siswa merasa terhubung (*universality*). Dinamika positif dalam kelompok memberikan ruang aman bagi siswa untuk saling berbagi pengalaman, memberikan umpan balik, dan membangun komitmen bersama dalam mengurangi waktu bermain game. Interaksi antar siswa inilah yang mendorong peningkatan kepekaan sosial serta keterampilan komunikasi interpersonal mereka.

Secara teoritis, hasil penelitian ini mendukung pandangan bahwa kecanduan *game online* merupakan perilaku yang dipengaruhi oleh faktor kebiasaan, lemahnya kontrol diri, serta kurangnya aktivitas sosial yang bermakna. Siswa yang mengalami kecanduan *game online* cenderung menghabiskan banyak waktu untuk bermain, kurang memperhatikan aktivitas belajar, serta mengalami penurunan dalam interaksi sosial dan kedisiplinan. Melalui penerapan permainan ular tangga dalam layanan konseling kelompok, siswa diarahkan untuk terlibat aktif dalam suasana kelompok yang menyenangkan, mengikuti aturan permainan, menunggu giliran, dan berinteraksi secara langsung dengan teman sebaya. Kondisi ini membantu siswa mengalihkan kebiasaan bermain *game online* yang bersifat individual dan pasif menuju aktivitas sosial yang lebih sehat dan terarah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan mengenai penggunaan media permainan ular tangga dalam mereduksi kecanduan *game online* di sekolah dasar. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa media ular tangga mampu menurunkan tingkat kecanduan *game online* secara signifikan setelah diberikan perlakuan, sehingga memperkuat temuan bahwa media permainan tradisional dapat dijadikan alternatif intervensi yang efektif dalam menangani perilaku adiktif digital pada peserta didik. Persamaan antara penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan media ular tangga sebagai alat intervensi, adanya tujuan yang sama yaitu mengurangi kecanduan *game online*, serta adanya hasil yang sama-sama menunjukkan perubahan positif setelah perlakuan diberikan.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian lain yang menunjukkan bahwa permainan ular tangga dapat digunakan sebagai media bimbingan dan konseling untuk meningkatkan aspek psikologis siswa, seperti rasa percaya diri dan motivasi belajar. Temuan tersebut menunjukkan bahwa ular tangga merupakan media yang fleksibel dan dapat disesuaikan dengan berbagai tujuan layanan. Dalam konteks penelitian ini, fleksibilitas tersebut terlihat dari kemampuan media ular tangga untuk membantu siswa memahami bahaya kecanduan *game online* sekaligus mendorong mereka agar lebih aktif dalam interaksi sosial. Oleh karena itu, permainan ular tangga layak dipertimbangkan sebagai salah satu media alternatif dalam layanan konseling kelompok di sekolah.

Di sisi lain, hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyelidiki efek negatif dari kecanduan *game online* pada siswa. Penelitian sebelumnya mengindikasikan bahwa kecanduan *game online* dapat mengakibatkan siswa kehilangan fokus saat belajar, mengalami penurunan nilai akademis, menjadi lebih emosional, cenderung menyendiri dari interaksi sosial, serta menunjukkan perilaku yang tidak terkontrol. Temuan ini mendukung alasan perlunya tindakan pencegahan serta kuratif di lingkungan pendidikan. Dalam studi ini, layanan konseling kelompok yang berbasis pada permainan ular tangga terbukti menjadi salah satu bentuk intervensi yang sesuai untuk menangani masalah ini.

Selanjutnya, penelitian ini menunjukkan bukti bahwa perubahan perilaku siswa tidak terjadi secara mendadak, tetapi melalui proses keterlibatan aktif dalam suasana layanan yang mendukung. Siswa yang sebelumnya sering menghabiskan waktu bermain game daring mulai

menunjukkan minat yang lebih besar terhadap aktivitas kelompok, mendapatkan pemahaman terhadap pesan yang diberikan, dan menyadari pentingnya pembatasan dalam penggunaan game online. Ini menunjukkan bahwa permainan ular tangga dapat menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, partisipatif, dan mudah diterima oleh siswa. Dalam konteks bimbingan dan konseling, sifat-sifat ini sangat vital karena kesuksesan layanan sangat dipengaruhi oleh penerimaan dan keterlibatan dari konseli.

Secara umum, hasil penelitian ini juga menyoroti pentingnya bimbingan dan konseling. Penggunaan media ular tangga sebagai salah satu alat strategis yang lebih menarik dan tidak monoton, terutama ketika menangani masalah siswa terkait dengan permainan online. Media ini sederhana, murah, mudah dibuat, dan kompatibel dengan materi layanan. Dengan demikian, temuan penelitian ini tidak hanya memperkuat teori tentang efektivitas media di kelas, tetapi juga memberikan sekolah cara alternatif untuk mengatasi masalah siswa.

Namun, penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena menggunakan desain kelompok tunggal tanpa perbandingan kelompok, sehingga tidak dapat membandingkan efek perlakuan dengan situasi tanpa intervensi. Jumlah angka relatif subjek dari juga merupakan faktor yang memengaruhi generalisasi temuan penelitian. Subjek juga merupakan faktor yang memengaruhi generalisasi temuan penelitian. Namun, penelitian ini belajar memiliki implikasi penting karena memberikan bukti empiris bahwa ular tangga berpotensi menjadi media yang efektif untuk meminimalkan kecanduan bermain *game online* di kalangan siswa SMP. Hal ini memiliki implikasi penting karena memberikan bukti empiris bahwa ular tangga berpotensi menjadi media yang efektif untuk meminimalkan kecanduan game online di kalangan siswa SMP.

Temuan dari penelitian ini memperkuat dan memperluas pengetahuan yang ada dari studi-studi sebelumnya terkait pengurangan kecanduan perangkat melalui permainan tradisional. Secara khusus, hasil yang diperoleh sejalan dengan studi Putri et al., (2023) yang menyatakan bahwa pengembangan media informasi ular tangga terbukti efektif sebagai inovasi pendidikan untuk mengurangi kecanduan game daring di kalangan siswa. Penelitian kali ini berhasil menguatkan hasil tersebut dengan menunjukkan bahwa media ular tangga dapat berfungsi tidak hanya sebagai sarana komunikasi searah, tetapi juga sebagai alat yang terintegrasi dalam proses konseling kelompok. Penerapan *Snakes and Ladders Game* untuk Meningkatkan Keterampilan Berbicara Bahasa Inggris pada Peserta Didik Materi *This Is Me*” menunjukkan bahwa penggunaan permainan *Snakes and Ladders* efektif membantu meningkatkan keterampilan berbicara bahasa Inggris peserta didik karena media ini membuat pembelajaran lebih menarik, interaktif, dan mendorong siswa lebih aktif dalam menyampaikan ide secara lisan (Rosyidah & Nugraheni, 2021).

Penelitian Andi Bhakti Aryadi Kusuma Bangsa, Abdul Saman, dan Achmad Harum menunjukkan bahwa metode manajemen diri efektif dalam mengurangi ketergantungan bermain game online pada siswa SMP Muhammadiyah 1 Makassar. Hasil ini relevan dengan penelitian tentang efektivitas permainan ular tangga dalam meminimalisir ketergantungan game online terhadap siswa SMP, karena keduanya sama-sama berfokus pada upaya mengubah perilaku siswa yang sudah terbiasa bermain game secara berlebihan. Dalam konteks tersebut, manajemen diri dan permainan ular tangga dapat dipahami sebagai dua pendekatan yang sama-sama bertujuan membantu siswa mengenali kebiasaan negatif, mengendalikan diri, dan membangun perilaku yang lebih sehat (Reskiawan & Agustang, 2021).

Sofiyanti et al., (2024) menyimpulkan bahwa media permainan ular tangga efektif dalam mereduksi kecanduan game online pada peserta didik sekolah dasar, ditunjukkan oleh penurunan skor dari pretest ke posttest serta hasil uji t yang signifikan. Temuan ini relevan dengan penelitian efektivitas permainan ular tangga dalam meminimalisir kecanduan game online terhadap siswa di SMP Negeri 1 Makassar, karena sama-sama membuktikan bahwa permainan ular tangga dapat menjadi media intervensi yang menarik, interaktif, dan efektif

untuk membantu peserta didik mengurangi perilaku bermain game online secara berlebihan.

Penelitian Fahrul & Ishaq, (2025) tentang Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa MTs Negeri 1 Makassar menunjukkan bahwa kecanduan *game online* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan game online, semakin rendah konsentrasi belajar siswa di kelas.

Dengan demikian, analisis terhadap hasil interpretatif ini menunjukkan bahwa permainan ular tangga yang diterapkan dalam konseling kelompok bukan hanya berfungsi sebagai sarana hiburan (*ice breaking*), melainkan juga sebagai media terapeutik yang efektif dalam memulihkan kontrol diri siswa, memperbaiki pemanfaatan waktu, serta membangun kembali kompetensi sosial yang telah tergerus akibat kecanduan game daring.

Berdasarkan pada hasil yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa hasil yang disebutkan di atas, teori, dan tujuan penelitian ini adalah untuk menunjukkan bahwa ular tangga merupakan alat komunikasi kelompok yang efektif untuk mengurangi jumlah permainan daring yang dimainkan oleh siswa. Dapat disimpulkan bahwa fokus, teori, dan tujuan penelitian ini adalah untuk menunjukkan bahwa ular tangga alat komunikasi kelompok yang efektif untuk mengurangi jumlah *game online* yang dimainkan oleh siswa. Temuan-Temuan baru adalah bahwa tradisional dan media tradisional dan sederhana sederhana menumbuhkan kesadaran diri, meningkatkan partisipasi, dan mendorong perubahan siswa dalam konteks tantangan digital kontemporer. Media dapat menumbuhkan kesadaran diri, meningkatkan partisipasi, dan mendorong perubahan siswa dalam konteks tantangan digital kontemporer. Oleh karena itu, penelitian ini belajar meningkatkan bimbingan dan konseling, khususnya dalam penggunaan media berbasis permainan untuk mencegah perilaku adiktif pada siswa meningkatkan bimbingan dan konseling, khususnya dalam penggunaan media berbasis permainan untuk mencegah adiktif perilaku pada siswa yang lebih besar, dan keberlanjutan efek intervensi yang lebih panjang.

3. Kesimpulan dan Implikasi

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas VII.3 SMP Negeri 1 Makassar sebelum penerapan permainan ular tangga, bahwa tingkat kecanduan game online pada siswa berada pada kategori sedang. Hal ini tercermin dari nilai rata-rata tingkat kecanduan yang diperoleh melalui pengukuran awal (pretest), yang menunjukkan bahwa siswa belum mengalami kondisi kecanduan berat secara penuh, namun telah menampakkan gejala kecanduan yang cukup mengkhawatirkan dan berpotensi mengganggu perkembangan akademik serta sosial mereka. Kondisi tersebut juga didukung oleh hasil observasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil penelitian dan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan penerapan permainan ular tangga yang telah dimodifikasi, bahwa permainan ular tangga efektif dalam mengurangi kecanduan game online pada siswa SMP Negeri 1 Makassar. Hal tersebut tercermin dari tingginya ketertarikan dan antusiasme siswa selama mengikuti kegiatan konseling kelompok. Pada saat pelaksanaan, siswa menunjukkan keterlibatan aktif, rasa senang, serta fokus yang tinggi terhadap permainan yang diberikan. Efektivitas penerapan permainan ular tangga juga terlihat dari perubahan perilaku siswa sepanjang kegiatan berlangsung.

Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa ular tangga dapat digunakan sebagai media alternatif dalam layanan konsultasi kelompok untuk mengurangi waktu yang dihabiskan siswa bermain game online. Hasil penelitian ini juga memberikan bantuan praktis kepada guru BK dan sekolah dalam memberikan layanan bimbingan yang lebih efektif, efisien, dan sederhana. Bimbingan yang lebih efektif, efisien, dan sederhana. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi

dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan media komunikasi yang lebih inovatif dan bermanfaat. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan media komunikasi yang lebih inovatif dan bermanfaat. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan media komunikasi yang lebih inovatif dan bermanfaat.

4. Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

5. Kontribusi Penulis

M.A.P memahami gagasan penelitian yang disajikan dan mengumpulkan data. Kedua penulis lainnya (R.N.P dan R.W) berpartisipasi aktif dalam pengembangan teori, metodologi, pengorganisasian dan analisis data, pembahasan hasil dan persetujuan versi akhir karya. Seluruh penulis menyatakan bahwa versi final makalah ini telah dibaca dan disetujui. Total persentase kontribusi untuk konseptualisasi, penyusunan, dan koreksi makalah ini adalah sebagai berikut: M.A.P 40%, R.W 30% dan R.N.P. 30%.

6. Pernyataan Ketersediaan Data

Penulis menyatakan bahwa berbagi data tidak dapat dilakukan karena tidak ada data baru yang dibuat atau dianalisis dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ageng Kanda Saepudin S, & Diana Feriska Putri. (2024). Dampak dan Pencegahan Kecanduan Game Online Bagi Generasi Z di Kota Cimahi. *Nian Tana Sikka: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 01–07. <https://doi.org/10.59603/niantanasikka.v2i2.319>
- Al Muhandis, M. A., & Riyadi, A. (2023). Analisis Efektivitas Customer First Quality First Approach Pada Training Quality Dojo Dengan Metode Quasi Eksperimen One Group Pretest Posttest Design. *Journal of Applied Multimedia and Networking*, 7(2), 98–106. <https://doi.org/10.30871/jamn.v7i2.6931>
- Amalia, R. N., Dianingati, R. S., & Annisaa', E. (2022). Pengaruh Jumlah Responden terhadap Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi, Vol 2, Edisi 1, Tahun 2022 e-ISSN : 2774-9967, Universitas Diponegoro Semarang. *Generics: Journal of Research in Pharmacy*, 2(1), 9–15.
- Anwar, N. R., & Winingsih, E. (2021). Pengaruh kecanduan game online terhadap prestasi akademik siswa sekolah menengah pertama negeri 5 banjar dimasa pandemi. *Jurnal BK UNESA*, 12(1), 559–571.
- Candra Susanto, P., Ulfah Arini, D., Yuntina, L., Panatap Soehaditama, J., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>
- Darusman, A., & Timur, J. (2023). *Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X. 1*, 32–40.
- Fahrul, M., & Ishaq, R. (2025). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa MTs Negeri 1 Makassar*. 2(3), 54–59.
- Ferryka, P. Z. (2018). Permainan Ular Tangga Dalam Pembelajaran Matematika Di Sekolah Dasar. *Jurnal Magistra*, 29(100), 58–64.
- Habsy, B. Al, Rahmah, M. A., Putri, C. K., & Arifuddin, T. W. (2024). Konsep Dasar Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Realita. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 1(4), 12. <https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.507>

- Hasibuan, J., & Anggreni, A. (2022). Fenomena Kecanduan Game Online pada Remaja di Desa Deli Tua Kecamatan Namorambe. *Jurnal Program Studi Pendidikan Masyarakat*, 3(1), 20–28.
- Ijar Salna, Lu'lu Rahmadanti, Nur Sa'adah, Fatimah Fatimah, Khadijah Khadijah, & Hairani Ananda Putri. (2024). Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain. *Ta'rim: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 5(3), 63–71. <https://doi.org/10.59059/tarim.v5i3.1340>
- Kadek, A., Lestari, D., Peran, S., Tua, O., Meminimalisir, D., Game, K., Pada, O., Usia, A., Sosialisasi, S., Orang, P., Dalam, T., Kecanduan, M., Online, G., Anak, P., Sekolah, U., Oktaviana, Y., Rema, L., Hevi,), Ullu, H., ... Kelen, P. K. (2023). Sosialisasi Peran Orang Tua Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(2), 1128–1133. <https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/1010>
- Larasati, I. V., & Rista, K. (2023). *Kecanduan game online pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA): Benarkah menyebabkan penurunan motivasi belajar? Pendahuluan*. 3(2), 358–365.
- Mutia, A., & Widyassari, A. P. (2025). *Analisis Tingkat Kecanduan Game Online Mahasiswa dengan Metode Forward Chaining dan Certain Factor*. 4, 239–246.
- Myrna Apriany Lestari, & Eli Hermawati. (2023). Penggunaan Media Pembelajaran Ular Tangga Dalam Menanamkan Karakter Berkebhinekaan Global pada Siswa SDIT Darul Amanah. *Journal of Innovation and Sustainable Empowerment*, 2(1), 6–11. <https://doi.org/10.25134/jise.v2i1.37>
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Pratiwi, U., & Karneli, Y. (2024). *Pemahaman Mendasar tentang Konseling Kelompok bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling*. 2(2), 60–66.
- Putri, A. R., Afiati, E., & Rahmawati. (2023). Pengembangan Media Informasi Permainan Ular Tangga untuk Mereduksi KecanduanGame online pada Peserta Didik Sekolah Dasar. *Diversity Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 105–120. <https://jurnal.karyabk.com/index.php/dgcj/article/view/15>
- Rahmat, A. (2018). Hubungan kecanduan game online dengan keterampilan sosial remaja di 4 game centre di kecamatan klojen kota malang. *Skripsi Psikologi*, 1–133. <http://etheses.uin-malang.ac.id/5993/1/08410004.pdf>
- Reskiawan, M. M. N., & Agustang, A. (2021). *Pinisi Journal Of Sociology Education*. *Pinisi Journal Of Sociology Education*, 1, 125–133.
- Romiaty, Pangestie, E. P., & Apriatama, D. (2023). *Buku Ajar Teori Konseling REBT, Behavior Dan Realita*.
- Rosyidah, S., & Nugraheni, A. (2021). Penerapan Snakes And Ladders Game Untuk Meningkatkan Keterampilan Berbicara Bahasa Inggris Pada Peserta Didik Materi This Is Me. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 7(1), 161–168.
- Sada Harahap, K., Sumartini, & Sthevany. (2023). Study Of Quality Control Of Tuna Loin Precooked Frozen Products Using The Likert Scale Method In Tuna Freezing Company X. *Aurelia Journal*, 5(1), 29–8.
- Sofiyanti, M., Wahyuningsih, L., Nurmala, M. D., Wibowo, B. Y., Sultan, U., Tirtayasa, A., & Jakarta, U. N. (2024). *INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING Media Permainan Ular Tangga dalam Mereduksi*. 8(2), 161–174. <https://doi.org/10.30653/001.202482.395>
- Sri Rizqi Wahyuningrum. (2021). *Pre-Experimental Design Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam Peningkatan Keterampilan Komunikasi Siswa di SMK Kesehatan Nusantara*. 18(1).

Tianingrum, R., & Sopiany, H. N. (2017). Analisis Kemampuan Pemahaman Matematis Siswa SMP pada Materi Bangun Ruang Sisi Datar. *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika (SESIOMADIKA)*, 440–446. <http://pmat-unsika.eu5.org/Prosiding/64RisnaTianingrum-SESIOMADIKA-2017.pdf>

Biografi Penulis

	<p>Magfhira Astari Putri, adalah mahasiswi dan peneliti di program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia. Minat pada penelitiannya adalah adalah peningkatan kualitas layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah.</p> <p>Email: magfhiraaastariputri1505@gmail.com</p>
	<p>Ratna Wulandari, adalah dosen dan peneliti pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia. Beliau menyelesaikan pendidikan S1 di Universitas Negeri Makassar dan S2 di Universitas Negeri Makassar pada bidang Bimbingan dan Konseling. Saat ini, beliau aktif mengajar, membimbing mahasiswa, serta menghasilkan karya ilmiah yang dipublikasikan.</p> <p>Email: ratnawulandari@unismuh.ac.id</p>
	<p>Rukiana Novianti Putri, adalah dosen dan peneliti pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia. Beliau menyelesaikan pendidikan S1 di Universitas Negeri Makassar dan S2 di Universitas Islam Indonesia pada bidang Psikologi. Saat ini, beliau aktif mengajar, membimbing mahasiswa, serta menghasilkan karya ilmiah yang dipublikasikan.</p> <p>Email: rukiananoviantiputri@unismuh.ac.id</p>