

PENERAPAN PROSEDUR DENDA DAN PSIKOEDUKASI POLA ASUH UNTUK MENURUNKAN *INTERNET GAMING DISORDER* PADA ANAK

Windar Ningsih¹, Erny Hidayati²

Magister Psikologi Profesi, Universitas Ahmad Dahlan

Email: windar2007043020@webmail.uad.ac.id¹, ernyhidayati@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan guna mengetahui efektivitas prosedur denda dan psikoedukasi pola asuh untuk menurunkan internet gaming disorder pada anak. Penelitian dilakukan kepada anak laki-laki yang berusia 10 tahun dan mengalami gejala internet gaming disorder. Penelitian dilakukan pada tanggal 29 Oktober 24 Desember 2021. Metode *assessment* digunakan metode observasi, wawancara, serta tes psikologi. Hasil dari integrasi data asesmen kemudian disesuaikan dengan gejala-gejala gangguan internet gaming disorder yang mengacu kepada DSM-5. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa prosedur denda dan psikoedukasi pola asuh efektif dalam menurunkan gejala internet gaming disorder pada anak

Kata kunci: IGD, pola asuh, prosedur denda

PENDAHULUAN

Teknologi komunikasi dari tahun ke tahun mengalami perkembangan yang sangat pesat, sejumlah *gadget* versi baru dilengkapi fitur-fitur pendukung yang canggih serta beragam kelebihan-kelebihan yang menjadi daya tarik sulit dihindari oleh kalangan masyarakat saat ini (Ramadhani, Iswirnati & Zulfiana, 2019). Tidak dapat dipungkiri bahwa berkembangnya teknologi mempengaruhi aspek kehidupan masyarakat tidak terkecuali pada anak-anak (Hardianti, 2021). Pengenalan *gadget* terlalu cepat terhadap anak akan berdampak baik maupun buruk, yang dipengaruhi atas beberapa faktor seperti pengawasan orangtua, sering/tidaknya, serta durasi pemakaian *gadget*. Dampak positif dari penggunaan *gadget* pada anak adalah untuk mendukung proses pembelajaran sehingga dapat meningkatkan kreativitas dan daya pikir anak. Tetapi, bila pengawasan dari orangtua kurang dan tidak ada usaha yang tegas dalam penggunaan *gadget* pada anak akan menimbulkan dampak negatif (Ramadhani, Iswirnati & Zulfiana, 2019).

Adanya pembatasan kegiatan anak-anak akibat pandemi, menjadikan mereka banyak menggunakan waktu lebih panjang untuk bermain *gadget*. Berlimpahnya perangkat teknologi serta *gadget* dengan bantuan jaringan internet mempermudah anak sekolah memunhi kebutuhan dalam pencarian hiburan (Kuss, 2013). Badan Pusat Statistik tahun 2020 menyatakan tujuan anak usia 7-17 tahun memanfaatkan internet terdapat sebanyak 75.80%, pengaksesan konten media sosial oleh anak terdapat sebanyak 74.70%, dan akses internet untuk hiburan yang paling sering dikunjungi yaitu *internet gaming* (Hardianti, 2021). Kini sejumlah permainan-permainan yang terhubung internet (*internet gaming*) menawarkan beragam fitur-fitur menarik sehingga anak-anak semakin betah dalam menggunakan *gadget*. Sejak tahun 2012 *internet gaming* merupakan permainan populer yang dimainkan lebih dari satu miliar orang (Kuss,

2013). Namun penggunaan *internet gaming* tanpa kontrol dari orangtua dapat menimbulkan kecanduan pada anak (Nahar, Sangi, Baniear, Rosli & Abdullah, 2018).

Anak-anak lebih rentan terhadap *internet gaming* dibandingkan orang dewasa. Para *gamer* akan mengorbankan aktivitas lain dan waktunya untuk *internet gaming*, seperti mengorbankan waktu tidur, hobi lain, bekerja, belajar bahkan bersosialisasi dengan teman dan keluarga (Kuss, Pontes & Griffiths, 2018). Sepanjang tahun 2020 dilaporkan jumlah anak yang mengalami *internet gaming disorder* di Jawa Barat ada 104 dan mereka berobat di Klinik Kesehatan Jiwa Anak dan Remaja di RSJ Provinsi Jawa Barat. Sementara Januari-Februari 2021 sudah ditemukan 14 kasus (Saputra, 2021). *Internet gaming disorder* membuat seseorang bermain *game* secara kompulsifseringkali mengabaikan minat lain, juga aktivitas *online* yang secara konsisten dilakukan menghasilkan gangguan yang signifikan secara klinis. Seseorang dengan kondisi ini membahayakan fungsi akademik atau pekerjaan karena jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain *internet gaming* dan mengalami gejala penarikan diri saat dijauhkan dari bermain *internet gaming* (American Psychiatric Assosiciation, 2013). Anak-anak yang dibiarkan mengalami *internet gaming disorder* akan mengalami kesulitan dalam menghadapi dunia nyata, serta membuatnya anti sosial. Sejumlah masalah mental juga muncul akibat dari *internet gaming disorder* yaitu mudah merasa cemas dan tertekan, mengisolasi diri, memiliki harga diri yang rendah, kemampuan komunikasi yang buruk, menurunnya daya pikir otar, hingga dapat menyebabkan anak menjadi depresi (Saputra, 2021).

Tiwa, Paladeng dan Bawotong (2019) mengemukakan bahwa faktor- faktor yang dapat mengakibatkan *internet gaming disorder* adalah kurang perhatian dari orang-orang terdekat, mengalami stres, kurang kontrol orangtua, kurang kegiatan, lingkungan, dan pola asuh orangtua yang salah. Pola asuh orangtua menjadi salah satu faktor penyebab remaja mengalami *internet gaming disorder*. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Yosephine & Lesmana (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *internet gaming disorder* dengan pola asuh permisif, artinya orangtua dengan pola asuh permisif mempengaruhi anak yang mengalami *internet gaming disorder*. Sejumlah orangtua banyak yang tidak tahu terkait penanganan kecanduan *game online* pada anak. Namun, *smart parenting* (kemampuan cakap dalam memberikan penjelasan secara detail terkait bagaimana pola asuh yang tepat di era digital) dapat menjadi salah satu upaya psikoedukasi yang perlu diketahui oleh para orangtua untuk meminimalisir hal tersebut (Lubis, Rosyida & Solikhatin, 2019).

Berdasarkan teori Skinner tentang *operant conditioning*, perilaku *internet gaming disorder* yang dilakukan oleh seseorang mendapat reaksi dari lingkungan yang kurang tegas sehingga menjadi *consequences* untuk mengulangi bahkan meningkatkan perilaku maladaptif tersebut. Perilaku maladaptif yang dilakukan perlu untuk diberikan penanganan agar dapat mengurangi perilaku tersebut. Salah satu teknik perlakuan yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku maladaptif adalah teknik *decreasing*. Teknik *decreasing* adalah teknik yang berguna untuk menurunkan atau menghentikan perilaku yang dianggap berlebihan (*behavioral excessive*) (Martin & Pear, 2015). Untuk mengurangi perilaku maladaptif yaitu *internet gaming disorder* akan digunakan prosedur denda. Prosedur denda adalah prosedur penarikan kembali sejumlah penguah yang telah diberikan suatu perilaku sasaran dan menggunakannya dengan prosedur lain (Soekadji, 1983). Tujuan Jangka Panjang, penelitian yang dilakukan kepada subjek diharapkan mampu membuat subjek menjadi pribadi yang dapat mengontrol keinginan untuk bermain *game online* sehingga subjek dapat melakukan seluruh aktivitas sehari-

hari tanpa mengalami hambatan. Tujuan jangka pendek penelitian ini diharapkan mampu mengurangi perilaku yang tidak diharapkan dari subjek, yaitu mengurangi waktu bermain *game online* dan mengurangi bermain *game online* ketika sedang melakukan aktivitas sehari-hari. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dan menambah pengaplikasian ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis tentang psikoterapi sehingga hasil penelitian nantinya dapat dijadikan sebagai penjunjang untuk bahan penelitian selanjutnya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan kepada orangtua subjek WAH, serta menjadi bahan pertimbangan dan evaluasi dalam mengasuh WAH agar menjadi pribadi yang lebih baik.

KAJIAN TEORI

Internet Gaming Disorder

Pengertian *Internet Gaming Disorder*

Internet gaming disorder adalah satu macam dari banyaknya bentuk penggunaan internet secara konsisten berhubungan dengan intensitas penggunaan internet bersifat patologis (Charlton & Danforth, 2010). *Internet gaming disorder* memiliki keterkaitan dengan gejala psikofisiologis juga psikiatri dengan beragamnya dampak negatif yang ditimbulkan (Kuss, 2013). Adapun dampak negatif yang ditimbulkan oleh *internet gaming disorder* diantaranya, memperburuk kondisi hubungan sosial, mengusik aktivitas atau pengalaman masa lalu, pola tidur, pekerjaan, sosialisasi, pendidikan dan hubungan. Kemunduran proses kehidupan, perhatian yang berkurang, agresivitas, sikap bermusuhan, stress, *coping disfunction*, rendahnya prestasi akademik, permasalahan memori verbal, tidak bahagia, dan sendirian merupakan perilaku nyata yang akan timbul ketika telah terobsesi terhadap *game*. Selain itu, dampak psikosomatis yang dapat terjadi antara lain masalah tidur dan beberapa masalah psikosomatis lainnya (American Psychiatric Association, 2013).

Simpton *Internet Gaming Disorder*

Berdasarkan DSM-5 (2013), *internet gaming disorder* menilik bahwasannya penggunaan internet berlebih, terus menerus terhadap *game* mampu menimbulkan distress dengan indikasi 5 atau lebih kualifikasi selama masa 12 bulan. Rasa asyik berlebih saat main adanya penarikan diri secara perlahan, menghabiskan banyak waktu untuk *game*, minim kontrol diri, hilangnya ketertarikan, mengabaikan dampak negatif yang ditimbulkan, perilaku menipu, modifikasi mood, hilangnya hubungan dengan sekitar, pekerjaan serta aspek penting dalam hidup merupakan beberapa kriteris diagnostika yang akan dengan detail dijabarkan sebagai berikut:

- a. Keasyikan dengan permainan internet, pemikiran antisipasi di *next game*, dan menjadi aktivitas utama dalam keseharian; Catatan: ini tidak sama dengan *internet gambling*, dimana termasuk ke dalam *internet gambling disorder*.
- b. Tanda-tanda menarik diri ketika internet gaming dijauhkan darinya. (gejala yang tampak yakni mudah sekali marah, rasa cemas, sedih, namun tidak terdapat tanda secara fisik yang menunjukkan alergi obat).
- c. Toleransi, kebutuhan terkait penambahan jumlah waktu bermain *internet gaming*.
- d. Upaya yang tidak tercapai dalam kontrol diri terhadap keterlibatan diri dalam *internet gaming*.

- e. Hilangnya ketertarikan terhadap hobi dan kesenangan sebelumnya kecuali *internet gaming*.
- f. Intensitas tetap tinggi dalam penggunaan *internet gaming* meskipun mengetahui dampak psikososial yang ditimbulkan.
- g. Berbohong terhadap keluarga, terapis menyangkut lamanya bermain *internet gaming*.
- h. Memanfaatkan *internet gaming* sebagai tujuan atas pelarian dari mood negatif (seperti merasa tidak berdaya, rasa bersalah, cemas).
- i. Mempunyai relasi yang bersifat membahayakan, seperti kehilangan pekerjaan, kesempatan karir, akibat keterlibatannya dalam *internet gaming*.

Pola Asuh

Pengertian Pola Asuh

Pola asuh memiliki kedudukan yang cukup penting dalam proses sosial di dalam sebuah keluarga dan memiliki pengaruh yang cukup pada kehidupan anak. Pola asuh adalah sebuah faktor yang cukup penting untuk menghambat atau mengembangkan sebuah kreativitas anak. Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat diartikan bahwa pola asuh ialah proses dimana orang tua akan memberikan pendampingan dalam berbagai aspek dalam kehidupan seorang anak baik dari kebutuhan anak, kesenangan anak dan yang paling penting adalah pendidikan anak (Rachmawati & Kurniati, 2019).

Jenis Pola Asuh

Baumrind (dalam Santrock, 2012) menyebut ada empat jenis atau bentuk pola asuh yakni pola asuh penelantaran, demokratis, otoriter, dan permisif. Beberapa tipe atau bentuk pola asuh tersebut pastinya memiliki kecenderungan perbedaan yang menonjol bahkan memiliki sifat pola pengasuhan yang berbanding terbalik seperti bentuk pola asuh otoriter yang dimana anak harus sepenuhnya mematuhi apa yang diinginkan orang tua terhadap anak, yang hal tersebut sangat berbeda dengan tipe pola pengasuhan demokratis yang dimana orang tua dengan anak lebih dapat bekerja sama dalam berkehidupan sehari-hari. Kemudian tipe pola asuh permisif yang orang tua tidak terlalu mementingkan kehidupan seorang anak sehingga kontrol orang tua kurang maksimal, tipe tersebut memiliki sedikit kesamaan dengan tipe atau bentuk pola asuh penelantaran sebuah kebiasaan dimana orang tua tidak mau terlibat pada kehidupan anaknya bahkan anak cenderung dibiarkan sesuai apa yang diinginkan anak. Berbagai penjelasan tipe tersebut tentunya mampu memberikan output yang berbeda-beda dalam diri anak terutama pendidikan keluarga atau pendidikan primer untuk anak.

Prosedur Denda

Prosedur denda adalah prosedur penarikan kembali sejumlah pengukuh yang telah diberikan untuk suatu perilaku sasaran. Perbedaan denda dengan hukuman adalah:

1. Hukuman, konsekuensi perilaku adalah stimulus aversif
2. Denda konsekuensinya adalah kehilangan sejumlah pengukuh yang telah diterima.

Denda dapat digunakan secara efektif bila:

1. Pengukuhan terbukti efektif dan pengukuhan telah cukup banyak untuk didenda.
2. Karena denda banyak mirip dengan hukuman maka pertimbanganpertimbangan dalam menggunakan hukuman juga banyak berlaku pada denda.
3. Aturan-aturan pada denda harus dikombinasikan secara jelas dan spesifik.
4. Menggunakannya dengan prosedur lain.

PEMBAHASAN

Seorang laki-laki yang bernama WAH dan berusia 10 tahun setiap hari bermain *game online* hingga larut malam. Ketika mengerjakan tugas sekolah, WAH juga tetap bermain *game online* sehingga lama dalam menyelesaikan tugas sekolah. WAH akan berteriak, marah-marah bahkan menangis ketika kalah dalam bermain *game online*. WAH juga selalu tidur diatas jam 12 malam. WAH tidak memiliki teman di lingkungan rumahnya, karena tidak pernah keluar rumah untuk bermain dan lebih sering menghabiskan waktu dengan bermain game online.

Subjek merupakan anak pertama dari dua bersaudara dan memiliki adik perempuan yang jarak usianya kurang lebih 2 tahun. Subjek lahir melalui persalinan *caesar* dengan usia kehamilan 9 bulan. Berat badan subjek 2.8 kg dan tinggi badan 50 cm. Proses persalinan *caesar* dilakukan karena ibu subjek berusia 42 tahun ketika melahirkan subjek dan ketuban sudah pecah terlebih dahulu. Saat subjek berusia 1,5 bulan, ibu membawa subjek untuk pulang ke tempat tinggal ibu di Kota Tegal, karena ibu sebagai PNS dan dinasnya di kota Tegal. Subjek mendapatkan ASI eksklusif sampai usia 9 bulan. Saat subjek berusia 5 sampai 7 tahun subjek sering mengalami demam tinggi diatas 39 derajat celcius. Sehingga subjek sering di rawat di rumah sakit. Pada usia 6 tahun subjek didiagnosa mengalami asma, hal tersebut yang membuat subjek sering flu jika cuaca dingin atau flu di pagi hari. Subjek tidak memiliki kekurangan secara fisik, namun subjek selalu tidur diatas jam 10 malam. Setiap malam ibu akan menelfon subjek untuk membantu mengerjakan tugas, walaupun subjek menelfon dengan keadaan sedang bermain *game online*. Jika tidak ada jadwal sekolah, mulai dari bangun tidur hingga menjelang tidur, aktivitas yang subjek lakukan hanya bermain *game online*. Kakek sudah sering melarang subjek untuk bermain *game online*, tetapi subjek akan menangis. Subjek akan menangis kurang lebih 30 menit, sehingga kakek hanya mengingatkan atau menasehati subjek dengan nada yang lembut agar subjek bisa mengurangi bermain *game online*.

Subjek memiliki kemampuan intelektual pada kategori lambat dengan skor IQ = 81. Kemampuan verbal subjek berada dalam kategori sangat lambat, sehingga subjek memiliki hambatan dalam kemampuan memahami ide berupa kata dan melakukan penalaran, serta mengungkapkannya dengan kata-kata. Ketika subjek berusia 2 tahun, subjek belum bisa berbicara. Hal ini terjadi karena kurangnya interaksi orang-orang di sekitar kepada subjek. Ketika tinggal bersama kakek, karena subjek belum lancar berbicara, kakek membawa subjek untuk fisioterapi, bahkan kakek juga membawa subjek ke orang pintar (dukun). Tetapi, Subjek cukup mampu memahami pertanyaan yang diberikan kepadanya. Ketika subjek tidak mengerti dengan pertanyaan yang diberikan, subjek akan langsung bertanya maksud dari pertanyaan. Subjek juga pribadi

yang banyak dipengaruhi oleh ketidaksadaran, sehingga kemampuan memahami sesuatu dilakukan tanpa melalui penalaran rasional atau banyak menggunakan imajinasi.

Subjek adalah pribadi yang sensitif, subjek cenderung memiliki ketergantungan emosional. Subjek juga memiliki ketidakseimbangan emosi dan banyak dikendalikan oleh ketidaksadaran. Ketidakseimbangan emosi subjek mungkin disebabkan karena adanya kecemasan, subjek merasa kurang dipercaya, diperhatikan dan merasa tidak berharga serta perasaan inferior yang subjek miliki. Sejak berusia 3 tahun, subjek tinggal terpisah dengan ibunya. Setiap kali ibu liburan ke rumah kakek, dan ketika ibu akan pulang ke Tegal, subjek akan menangis dan mengatakan mengapa bukan subjek yang tinggal bersama ibu, mengapa hanya adiknya yang tinggal bersama ibu. Subjek sering marah jika tidak bisa mengerjakan tugas sekolah, kemudian subjek akan menyalahkan ibu karena ibu tidak ada di dekat subjek untuk mengajari subjek. Subjek merasa tidak diperhatikan oleh ibu, dan merasa tidak berharga di mata ibu. Subjek cukup mampu mengekspresikan emosi yang dimiliki. Subjek menampilkan ekspresi senyum ketika mampu menjawab pertanyaan. Subjek juga akan marah ketika diminta untuk berhenti bermain *game online* dan ketika kalah bermain *game online*.

Berkaitan dengan interaksi sosialnya, subjek merupakan pribadi yang menyenangkan memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya. Sebenarnya subjek memiliki keinginan untuk mengadakan hubungan dengan orang lain, tetapi karena subjek memiliki kesulitan dalam berkomunikasi membuat subjek terhambat dalam berhubungan sosial. Subjek lebih senang bermain di dalam rumah dari pada di luar rumah. Hal ini membuat subjek tidak memiliki teman di lingkungan rumahnya. Sejak kecil subjek sulit untuk bersosialisasi, jika subjek tidak mengenal orang tersebut, subjek tidak ingin untuk berbicara dengan orang tersebut. Menurut ibu alasan subjek sulit bersosialisasi adalah karena jika sudah dekat dengan seseorang subjek ditinggalkan oleh orang tersebut, sehingga subjek merasa kecewa.

Berdasarkan hasil asesmen, permasalahan yang dialami subjek saat ini adalah *internet gaming disorder*. *Internet gaming disorder* membuat seseorang bermain *game* secara kompulsifseringkali mengabaikan minat lain, juga aktivitas *online* yang secara konsisten dilakukan menghasilkan gangguan yang signifikan secara klinis. Seseorang dengan kondisi ini membahayakan fungsi akademik atau pekerjaan karena jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain *internet gaming* dan mengalami gejala penarikan diri saat dijauhkan dari bermain *internet gaming* (American Psychiatric Association, 2013). Berdasarkan hasil asesmen, terdapat beberapa ciri perilaku yang muncul dalam keseharian subjek memenuhi 6 dari 9 kriteria gangguan *internet gaming disorder* serta sudah lebih dari dua belas bulan menurut DSM-5. Adapun kriteria yang muncul pada subjek sesuai DSM-5 adalah Rasa asyik berlebih saat main adanya penarikan diri secara perlahan, menghabiskan banyak waktu untuk *game*, minim kontrol diri, hilangnya ketertarikan, mengabaikan dampak negatif yang ditimbulkan, perilaku menipu, modifikasi mood, hilangnya hubungan dengan sekitar, pekerjaan serta aspek penting dalam hidup, memiliki relasi yang membahayakan atau hampir kehilangan pekerjaan bahkan kesempatan karir karena keterlibatan dalam *internet gaming*.

Paradigma yang digunakan dalam kasus ini adalah paradigma *behaviorisme*. Semiun (2020) menjelaskan bahwa *behaviorisme* merupakan sebuah teori belajar dengan konsentrasi kepada perilaku yang bisa diamati, bertumpu pada ide bahwasannya semua perilaku yang muncul didapati melalui pembelajaran yang terjadi atas adanya interaksi individu dengan lingkungannya. Salah satu tokoh dalam teori behavioristik adalah B.F Skinner, menurut Skinner (dalam Alwisol, 2004) perilaku abnormal memiliki kesamaan

proses berkembang dengan perilaku normal, sehingga perilaku abnormal bisa digantikan dengan perilaku normal secara sederhana melalui manipulasi lingkungan. Dapat disimpulkan bahwa tingkah laku abnormal harus diliat melalui sejarah *reinforcement* yang diterima seseorang.

Berdasarkan teori Skinner tentang *operant conditioning*, perilaku *internet gaming disorder* yang subjek tunjukkan sehari-hari mendapatkan rekasi dari lingkungan yang kurang tegas sehingga menjadi *consequences* untuk mengulangi bahkan meningkatkan perilaku maladaptif tersebut. contohnya saat berada di rumah aktivitas yang sering dilakukan subjek adalah bermain *game online*. Setiap malam saat ibu menelfon subjek, subjek tetap sibuk bermain *game online* selama ibu menelfon. Ketika ibu menelfon subjek untuk membantu subjek mengerjakan tugas sekolah. Subjek akan mengerjakan tugas sekolah selama satu jam, kemudian subjek berhenti mengerjakan tugas sekolah dan bermain *game online* kurang lebih 2 jam, setelah selesai bermain *game online* subjek kembali mengerjakan tugas sekolah, tetapi dengan waktu yang lebih singkat. Reaksi lingkungan terhadap perilaku subjek yaitu ibu memberikan *reinforcement* positif dengan membiarkan subjek bermain *game online*, terkadang ibu juga memberikan *punishment* berupa teguran namun kurang tegas dan dengan intonasi yang lembut sehingga hal tersebut hanya menjadi *consequence* bagi perilaku maladaptif subjek dan membuat subjek mengulangi perilaku maladaptif tersebut. Menurut Skinner (dalam Feist & Feist, 2008) *reinforcement* memiliki dua efek yaitu memperkuat perilaku dan menghargai pribadi yang melakukannya. Menurut (Alwisol, 2004) *reinforcement* merupakan sesuatu yang membuat tingkahlaku yang dikehendaki berpeluang untuk diulangi.

Perilaku maladaptif yang dilakukan oleh subjek perlu untuk diberikan penanganan agar dapat mengurangi perilaku tersebut. Teknik perlakuan yang digunakan untuk mengurangi perilaku maladaptif subjek yaitu teknik *decreasing*. Teknik *decreasing* adalah teknik yang berguna untuk menurunkan atau menghentikan perilaku yang dianggap berlebihan (*behavioral excessive*) (Martin & Pear, 2015). Untuk mengurangi perilaku maladaptif pada subjek digunakan prosedur denda. Prosedur denda adalah prosedur penarikan kembali sejumlah penguah yang telah diberikan suatu perilaku sasaran dan menggunakannya dengan prosedur lain (Soekadji, 1983)

Tabel 1. Perilaku Target

No.	Perilaku Target	Denda
1	Bermain game online saat sedang makan	Tidak diberikan susu milo kaleng
2	Bermain game online saat mengerjakan tugas	
3	Bermain game online saat sedang menelfon ibu	
4	Menangis ketika dilarang bermain game online	
5	Bermain game online lebih dari 5 jam	

Reinforcement positif yang diberikan kepada subjek adalah berupa senyuman dan pujian saat subjek mampu melakukan perilaku yang diharapkan. Hal ini bertujuan untuk memberikan motivasi serta penghargaan positif kepada subjek sehingga subjek dapat terdorong untuk menghilangkan perilaku maladaptif dan menunjukkan perilaku adaptif.

Tabel 2. Implementasi Intervensi

No.	Hari, Tanggal dan Waktu	Implementasi	Tujuan	Alat Bantu	Tempat	Target
1.	Sabtu, 20 November 2021 16.00-17.00 WIB	Sesi I Penjelasan hasil asesmen dan teknik intervensi	a. Menjelaskan hasil asesmen dan memberikan pemahaman tentang dinamika psikologis subjek terkait permasalahan yang dihadapi b. Memberikan penjelasan kepada kakek dan nenek tentang teknik yang digunakan dalam proses intervensi berupa prosedur denda	Alat tulis	Rumah	Kakek subjek
2.	Minggu, 21 November 2021 14.00 – 15.00 WIB	Sesi II Psikoedukasi <i>parenting</i>	Memberikan pemahaman terkait pola pengasuhan	Materi pola pengasuhan	Rumah	Kakek subjek
3.	Rabu, 15 Desember 2021 09.00 – 10.00 WIB	Sesi III Prosedur Denda	a. Memberikan penjelasan lebih rinci mengenai prosedur denda yang akan dilaksanakan b. Memberikan penjelasan mengenai prosedur lain yang digunakan yaitu <i>reinforcement</i> positif c. Memotivasi subjek agar mau bekerjasama menjalankan program intervensi dengan prosedur denda d. Meminta dukungan dan bantuan kakek dan nenek untuk memonitoring perilaku subjek	Alat tulis, dan lembar <i>monitoring</i>	Rumah	Kakek subjek
4.	Jum'at, 24 Desember 2021 16.00 – 17.00 WIB	Sesi IV Evaluasi prosedur denda	Mengetahui tingkat efektivitas pemberian intervensi terhadap masalah yang telah didefinisikan serta hambatan-hambatan yang dialami intervensi terhadap masalah yang telah didefinisikan serta hambatan-hambatan yang dialami	Alat tulis	Rumah	Kakek subjek

Tabel 3. Perilaku Sebelum Dan Sesudah Pemberian Intervensi

No	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
1	Bermain <i>game online</i> lebih dari 5 jam	Rata-rata subjek bermain <i>game online</i> kurang lebih 4 jam
2	Bermain <i>game online</i> saat sedang makan	Subjek bisa makan tanpa bermain <i>game online</i>
3	Bermain <i>game online</i> saat mengerjakan tugas	Subjek mampu mengerjakan tugas tanpa bermain <i>game online</i>
4	Bermain <i>game online</i> saat sedang menelfon ibu	Subjek tidak bermain <i>game online</i> saat sedang menelfon ibu
5	Menangis ketika dilarang bermain <i>game online</i>	Subjek tidak menangis ketika dilarang bermain <i>game online</i>

KESIMPULAN

Program intervensi yang telah dilakukan dengan tujuan menurunkan perilaku yang dianggap bermasalah pada subjek dengan metode *decreasing* melalui prosedur denda dapat berjalan dengan lancar dan cukup efektif. Subjek mampu mengurangi perilaku maladaptif yaitu bermain *game online* lebih dari 5 jam dan tetap bermain *game online* ketika sedang melakukan aktivitas lain seperti makan dan mengerjakan tugas, selama diberikan intervensi frekuensi perilaku maladaptif subjek berkurang. Hal ini tidak lepas dari peran kakek yang bersedia untuk bekerjasama.

Program intervensi yang telah dilakukan juga dapat membentuk perilaku baru yang lebih adaptif pada subjek. Pada awalnya subjek harus makan dengan bantuan kakek dan nenek yaitu harus disuapi dan selalu mengerjakan tugas dengan bantuan ibu. Kemudian, pemberian psikoedukasi *parenting* kepada kakek juga mampu memberikan pengetahuan sehingga kakek dapat memilih pola asuh ideal yang diberikan kepada subjek. Hambatan dalam pelaksanaan program intervensi adalah kurangnya pengawasan untuk saat ketika kakek tidak berada di rumah, karena program intervensi sepenuhnya menjadi tanggungjawab kakek. Nenek yang berada di rumah dengan keadaan sakit cukup sulit untuk memberikan pengawasan kepada subjek.

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2004). Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press.

American Psychiatric Assosiation. (2013). The diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5 (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Charlton, J. P., & Danforth, I. D. W. (2010). Validating the distinction between computer addiction and engagement: Online game playing and personality. *Behaviour and Information Technology*, 29(6), 601–613. <https://doi.org/10.1080/01449290903401978>

Feist, G. J., & Feist, J. (2008). Theories of personality. Jakarta: Pustaka Pelajar.

Hardianti, H. (2021). Perbedaan Kecenderungan Adiksi Video Game Pada Anak

Sekolah Dasar Berdasarkan Jenis Kelamin dan Burasi Bermain. Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII), Temilnas Xii, 181–187.
<http://103.76.50.195/Temilnas/article/view/20040>

Kuss, D. J. (2013). Internet gaming addiction: Current perspectives. *Psychology Research and Behavior Management*, 6, 125–137.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S39476>

Kuss, D., Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2018). Neurobiological Correlates in Internet Gaming Disorder: A Systematic Literature Review. *Front Psychiatry*.
<https://doi.org/doi:10.3389/fpsy.2018.00166>

Lubis, H., Rosyida, A. H., & Solikhatin, N. H. (2019). Pola Asuh Efektif Di Era Digital. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 1(2), 102.
<https://doi.org/10.30872/plakat.v1i2.2967>

Martin, G., & Pear, J. J. (2015). *Behavior Modification: What It Is and How To Do It*, Tenth Edition. Pearson Education, Inc.

Nahar, N., Sangi, S., Baniear Salvam, D. A., Rosli, N., & Abdullah, A. H. (2018). Impak Negatif Teknologi Moden Dalam Kehidupan Dan Perkembangan Kanak-Kanak Hingga Usia Remaja (Negative Impact of Modern Technology

To the Children’S Life and Their Development). *UMRAN - International Journal of Islamic and Civilizational Studies*, 5(1).
<https://doi.org/10.11113/umran2018.5n1.181>

Rachmawati, Y., & Kurniati, E. (2019). Strategi pengembangan kreativitas pada anak: usia taman kanak-kanak. *Kencana*.

Ramadhani, R. F., Iswinarti, I., & Zulfiana, U. (2019). Pelatihan kontrol diri untuk mengurangi kecenderungan internet gaming disorder pada anak usia sekolah.

Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 7(1), 81.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v7i1.7837>

Santrock, W. J. (2012). *Perkembangan masa hidup*. Erlangga.

Saputra, A. (2021). Gara-gara kecanduan gadget dan game online, 118 anak di jawa barat diobati di rumah sakit jiwa. *Gridhealth*. <https://health.grid.id/read/352605014/gara-gara-kecanduan-gadget-dan-gameonline-118-anak-di-jawa-barat-harus-diobati-di-rumah-sakit-jiwa?page=all> Semiun, Y. (2020). Teori-teori kepribadian behavioristik. *Kanisius*.

Soekadji, S. (1983). *Modifikasi perilaku: penerapan sehari-hari dan penerapan profesional*. Liberty.

Tiwa, J. R., Palandeng, O. ., & Bawotong, J. (2019). *Hubungan Pola Asuh Orang*

Jurnal Sudut Pandang (JSP)

EISSN: 2798-5962, Vol. 2 No. 12 (2022): Special Issue

DOI: <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>

Tua Dengan Kecanduan Game Online Pada Anak Usia Remaja Di Sma Kristen

Zaitun Manado. Jurnal Keperawatan, 7(1), 1–7.

<https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24339>

Yosephine, Y., & Lesmana, T. (2020). Pola Asuh Orangtua Dan Kecenderungan

Adiksi Game Online Pada Remaja Akhir Di Jakarta. Psibernetika, 13(1), 49– 58.

<https://doi.org/10.30813/psibernetika.v13i1.2272>