

Konseling Kelompok Melalui Tari Sambut Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online Pada Anak Sanggar Tari Seruni Palembang

Evia Darmawani¹, Robert Budi Laksana², Adrianus Dedy³

Universitas PGRI Palembang, Indonesia

 evia.syamsuddin@gmail.com

Submitted: 25-07-2023

Revised: 02-08-2023

Accepted: 03-08-2023

Copyright holder:

© Darmawani, E., Laksana, R., & Dedy, A. (2023)

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan

How to cite: Darmawani, E., Laksana, R., & Dedy, A. (2023). Konseling Kelompok Melalui Tari Sambut dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online pada Anak Sanggar Tari Seruni Palembang. Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan, 7(2), 1-7.
<https://doi.org/https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i2.18862>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<https://Ghaidan.co.id/index.php/bcp>

E-ISSN:

2621-8283

ABSTRACT:

The problems starting with COVID-19 have disappeared as well as learning when learning is offline, but it has an impact on school-age children including the Chrysanthemum house dancers in Palembang, usually school-age children starting from (PAUD) kindergarten, elementary school and junior high school are carried and cuddly - tired by playing online games; mobile legend, free fire, pubg mobile school and dereliction of duty, time to interact with family, peers and other environments. This research is to help dancers so that a school-age intervention is needed by providing group counseling through dance to welcome them in minimizing addiction to online games in Palembang, which is called the Chrysanthemum Dance. away from games, apart from identifying the characteristics of addiction to online games in dancers at the Palembang chrysanthemum house, research was conducted on the chrysanthemum dance in a studio for residents and dancers who practiced welcoming dances, namely; 10 6 4 junior and elementary school aged children. This study uses a qualitative approach with observation and interview data collection techniques (qualitative data) and scores from observations and interviews. Data analysis turns qualitative judgments into quantitative ones. The results showed that there was a change in behavior in children after doing dance therapy to overcome online game addiction. Children become more active and productive in dancing activities and activities that are beneficial both at school and outside of school in everyday life.

KEYWORDS: group counseling, Addicted game on line, child dance

¹ Dosen PNS pada Prodi BK FKIP Universitas PGRI Palembang

² Dosen DTY pada Prodi PGSD FKIP Universitas PGRI Palembang

³ Dosen DTY pada Prodi PGSD FKIP Universitas PGRI Palembang

PENDAHULUAN

Game online adalah suatu permainan yang biasa dimainkan oleh lebih dari dua orang di waktu yang sama dengan perantara jaringan internet Adam 2013 dalam (Pratama. 2017). Bermain bagi anak usia sekolah merupakan kebutuhan dan tugas perkembangan yang harus dilalui, tidak sedikit dari mereka yang rentan dari pengaruh hal-hal negatif dalam kehidupan sehari-hari, hal ini dimungkinkan mereka belum mampu memilah antara perilaku baik dan buruk. Oleh karenanya anak usia sekolah perlu pengawasan dalam bermain termasuk game online, maka dari itu anak usia sekolah perlu pengawasan atau bimbingan penuh dari orang tua dalam bermain game online (Mertika dan Mariana, 2020).

Apabila anak usia sekolah siswa SD dan SMP mengabdikan waktunya untuk bermain game online kemungkinan besar akan membuat mereka kecanduan. Kecanduan *game online* adalah individu yang bermain *game online*, *role playing games*, dan permainan intraktif melalui jaringan internet secara berlebihan. Menurut young 2009 (dalam Novrialdy, 2019), tanda-tanda bahwa anak mengalami kecanduan game online di antaranya setiap hari dan dalam durasi lebih dari 4 jam anak bermain *game online*, anak merasakan kegelisahan dan marah ketika tidak bermain *game online*, dan anak mengorbankan atau melewatkan kegiatan sosial serta kegiatan yang lainnya hanya untuk bermain *game online*. Hal tersebut dapat mempengaruhi jadwal kehidupan sehari-hari anak, seperti anak menjadi malas belajar, sulit untuk tidur dan makan sesuai dengan waktunya (Tedjasaputra, 2020). Hasil penelitian Sanditaria, dkk (2012 dalam susanti, dkk., 2018), disimpulkan bahwa penelitian tersebut menggunakan 71 responden anak usia sekolah yang termasuk anak yang aktif bermain *game online*, didapatkan hasil 38% responden tidak kecanduan *game online* dan yterdaqpat 62% responden yang termasuk kedalam kategori kecanduan *game online*.

Berdasarkan uraian tersebut teridentifikasi atau terlihat gejala perilaku anak usia sekolah di "Sanggar Tari Seruni Palembang" cenderung kecanduan *game online*; sebelum mengikuti kegiatan atau giliran mereka untuk menari terlebih dahulu sudah main *game online* bahkan sudah sejak di rumah seberangkat les tari pun (menurut orang tua maupun pengakuan anak sendiri), ketika di panggil jadi bingung, seringkali tidak peduli dengan teman di sekitarnya. Selain itu pandangannya terus menerus melihat layar HP (walau kadang kala SD tidak senang lagi main *game* tapi entah masih aja mau lihat, sulit di atur, sering muncul sikap marah, emosional terkadang berteriak, lupa membuat tugas dan mengerjakan tugas termasuk juga dalam beribadah dan prestasinya menurun.

Perilaku kelompok anak usia sekolah ini yang teridentifikasi kecanduan *game online* ternyata walau covid 19 telah mulai berakhir pembelajaran daring sudah mulai berlalu, namun dampaknya

pada anak usia sekolah yang banyak menghabiskan waktu untuk berleha-leha bahkan mengabaikan tugas sekolah dengan, bermain *game online; mobile legend, free fire, PUBG Mobile*. Sehingga anak akan mengurangi waktu biasa untuk belajar dan bersosialisasi dengan sebaya, sehingga perlu untuk dibantu melalui latihan/terapi dan dalam konseling kelompok dengan teknik ekspresif melalui gerakan tari Sambut. Konseling kelompok Corey dalam Astuti (2012) Konseling kelompok suatu layanan yang dilakukan oleh konselor kepada sekelompok individu yang sedang mengalami masalah untuk menyelesaikan permasalahannya agar tidak menghambat potensi yang dimiliki individu. Konseling kelompok adalah suatu proses interpersonal yang dinamis yang menitik beratkan (memyusatkan) pada kesadaran berfikir dan tingkah laku, melibatkan fungsi terapeutik, berorientasi pada kenyataan, ada rasa saling percaya mempercayai, ada pengertian, penerimaan dan bantuan (Farozin dkk, 2016).

Konseling dengan menggunakan terapi tari, merupakan salah satu metode yang cukup kreatif, dimana konseli menggunakan gerakan tari dapat membantu untuk mengekspresikan terkait permasalahan dan perasaan yang sedang dialami. Hal ini dipertegas (Gladding, 2016) "cara yang dapat dilakukan agar konseli dapat mengekspresikan permasalahan yang sedang dihadapinya adalah dengan melaksanakan konseling ekspresif. Melalui konseling ekspresif dapat membantu konseli mengeksplorasi dan mengungkapkan perasaannya melalui seni." Seni Tari adalah ungkapan perasaan jiwa seseorang yang disajikan dengan bentuk dan gerak tubuh seseorang. Unsur utama tari adalah gerak, gerak tari adalah serangkaian gerakan indah dari anggota tubuh yang dapat dinikmati oleh orang lain. Robert (2017) menyatakan "seni tari merupakan sebuah pengungkapan ekspresi keinginan atau jiwa manusia yang ritmis dan indah". Tari dapat dijadikan konselor sebagai metode dalam membantu seseorang mempunyai masalah yang sulit untuk diungkapkan atau diekspresikan. Terapi tari adalah suatu bentuk psikoterapi dimana jenis tari apapun digunakan sebagai cara untuk memawa orang ke momen kesadaran saat ini, menghancurkan isolasi sosial, mengganggu fantasi atau delusi, dan mengganggu pola penarikan diri sehari-hari dan pemikiran negatif yang terkait perilaku. Pada kegiatan ini di Sanggar Seruni materi yang diajarkan adalah tari Sambut untuk remaja dan juga Tari "Stik" untuk anak-anak.

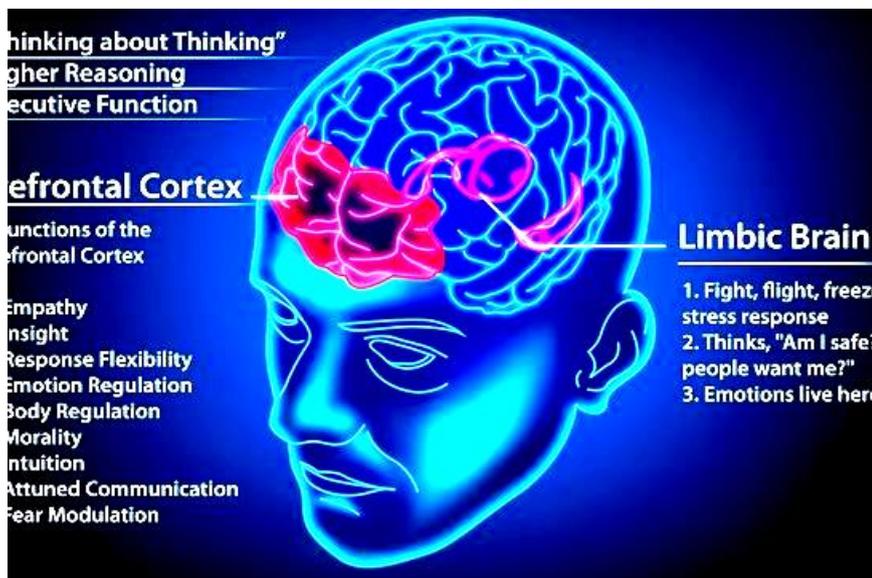
METODE

Penelitian ini merupakan pengembangan perilaku pendidikan (*education behavior research and development*) yang bertujuan mengembangkan **software** tari sebagai media terapi (konseling kelompok). Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli-November 2022 di Sanggar Tari Seruni Bukit

Lama Palembang Pimpinan Ibu Fitriyanti Agustinda. Yang kebetulan beliau adalah pejabat Wakil Walikota Palembang yang peduli terhadap Seni dan Budaya di Kota Palembang. Populasi dan sampel penelitian dilakukan dengan penentuan kriteria usia. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, dokumentasi, observasi. Pengolahan data dilakukan dengan mereduksi data kuantitatif dan kualitatif. Analisis data menggunakan analisis data interaksi analisis data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Sanggar Seruni Palembang tersebut dapat kita analisa bahwa kecanduan *game online* di *gadget* sangatlah berbahaya. Kecanduan *game online* di kalangan orang tua anak dianggap biasa. Anak diam asik bermain *game online* dianggap anak yang penurut, padahal ini lah awal masalah akan dimulai terutama pada perkembangan otak anak dan psikologis anak.



Gambar 1. Area Prefrontal cortex pada otak manusia akan rusak akibat adiksi game

(Sumber: <https://news.detik.com/abc-australia/d-4586036/adiksi>)

Badan Kesehatan Dunia (WHO) sejak 2018 lalu telah menetapkan adiksi *game online* sebagai salah satu bentuk gangguan mental dan disebut dengan istilah gaming disorder. Gaming disorder ini termasuk dalam kategori kecanduan non zat atau kecanduan perilaku, seperti hanya juga adiksi gawai, judi *online*, media sosial, porno, dan lain-lain. Berdasarkan kajian tersebut maka penelitian ini diarahkan untuk member alternatif solusi kecanduan *game online* pada anak dengan terapi Tari.

Berdasarkan Konseling kelompok yang dilakukan (konselor) untuk memberikan berbagai upaya untuk membantu individu dalam usia sekolah dan khususnya mengembangkan keterampilan perilaku positif melalui pikiran dan ekspresi diri untuk menyadari potensidiri dalam upaya mengatasi atau meminimalkan kesulitan untuk melepaskan ketergantungan terhadap sesuatu, misal kecenderungan perilaku penari di Sanggar Tari Seruni Palembang dalam kaitan ketergantungan terhadap permainan *game online*. Pendekatan berorientasi solusi dalam konseling kelompok yang menggunakan teknik Ability Potensial Respon dengan Tari sebagai terapi, sehingga penari atau anak usia Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah mampu menyadari potensi diri dengan mekspresikan pikiran dan perasaan saat melaluikan gerakan tari yang secara nyata dapat mengubah ketergantungan game oneline fokus pencapaian diri saat berekspresi sebagai penari.



Gambar 2. Kegiatan Tari dan Konseling Pada Anak Di Sanggar Seruni

(Foto: Laksana, 2022)

Kegiatan menari dapat mengolah wiraga, wirama dan wirasa pada diri manusia. Selain kegiatan menari dilakukan juga pengukuran ketercapaian hasil dengan dilakukannya keegiatan konseling. Untuk itu konsep pendekatan solusi dapat diaplikasikan konseling *ekspresif* sesuai kriteria konseling kelompok. Melalui konseling ekspresif dapat membantu konseli mengeksplorasi dan mengungkapkan permasalahannya melalui seni”. Pengalaman, perasaan dan juga kata-kata tidak dapat diungkapkan secara langsung namun diungkapkan dan dikomunikasikan melalui ekpresi tubuh (bahasa tubuh) diekpresikan dengan gerakan dalam tari-tarian” termasuk juga perilaku yang menunjukkan kecanduan atau ketergantungan *game online*. Pelaksanaan konseling kelompok yang diaplikasikan dengan pengembangan konseling *ekspresif* melalui tarian menggunakan teknik abilti potensial respon.

Format ini terdiri dari 2 pertemuan dengan 4 sesi. Pertemuan pertama sekitar 2-3 jam hingga dua setengah jam masing-masing, dilakukan pada 2 hari berurut-urutan. Pertemuan kedua, sekitar 60 menit dilakukan dua sesi setelah pertemuan kedua dan 1 sesi terakhir masing 45 menit, diadakan satu minggu sekali setiap hari sabtu dari jam 13.-15.30. dimana kegiatan ini ternyata sangat efektif dalam memberikan terapi bagi konseli pada anggota Sanggar Seruni yang kecanduan *game online*. Kebiasaan mereka secara individual lebih mengutamakan kegiatan bermain *game* (menghabiskan waktu dan sering mengacukan sekeliling serta minim berinteraksi sosial terutama sebaya), mudah marah, tertutup dan acuh tak acuh berubah menjadi lebih disiplin dalam memanfaatkan waktu pada kegiatan yang seharusnya dilakukan sebagai pelajar dan mulai bergaul antar teman di dalam sanggar. Hal ini tidak lepas dari bagaimana anak mengolah wiraga, wirasa dan wirama dalam sebuah tarian. Selain itu terlihat jelas ketika proses konseling kelompok berlangsung pada hari kedua semakin komunikatif menggambarkan betapa bahagia bagaimana perubahannya dalam memandang, menyatakan interaksi terhadap lingkungan terdekatnya ; mulai memanfaatkan waktu lebih banyak berkumpul keluarga, dan lingkungan terdekat

Hal ini dapat kita lihat pada kegiatan menari yang dilakukan oleh anggota sanggar. Dari pertemuan pertama sampai ke dua jelas tergambar perubahan perilaku penari di sanggar tari seruni Palembang, baik yang menggambarkan perilaku dalam mengikuti konseling maupun dalam mengekspresikan masalah yang dialami khususnya terkait *game online*, ternyata terlihat jauh berbeda dari hasil observasi menunjukkan 61,7 % sangat baik, 30 % baik, 8,3 % cukup, hal ini didukung dari hasil wawancara yang menunjukkan 80% sangat baik , baik hanya tinggal 15 % dan cukup hanya 5 %. Ini terbukti keyakinan dan kepercayaan bahwa menari jauh lebih baik dari bermain *game*, apalagi jika mereka sudah pernah tampil ataupun melakukan pertunjukan yang di toton orang banyak harus fokus dan konsentrasi penuh dengan menikmati dan merasakan menari jauh lebih baik dari bermain *game*. Main *game* boleh dilakukan sekali-kali. Bahkan ada di antara penari yang sudah merencanakan kegiatan lain untuk mendukung cita-cita tekun belajar dan memanfaatkan waktu *browsing* materi pelajar terkait cita-cita yang diinginkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tergambar perubahan perilaku penari di Sanggar Tari Seruni Palembang yang semulanya tidak disiplin, semaunya sendiri, dan susah dikasih pengertian menjadi anak yang aktif dan juga ceria. Hal ini tentunya dipengaruhi dari kegiatan menari sebagai media terapi pada anak akibat kecanduan *gadget*. Ini terbukti keyakinan dan kepercayaan bahwa menari

jauh lebih baik dari bermain *game*, apalagi jika mereka sudah pernah tampil ataupun melakukan pertunjukan yang di toton orang anyakharus fokus dan konsentrasi penuh dengan menikmati dan merasakan menari jauh lebih baik dari bermain *game*. Main *game* boleh dilakukan sekali-kali. Bahkan ada di antara penari yang sudah merencanakan kegiatan lain untuk mendukung cita-cita tekun belajar dan memafaatkan waktu brosing materi terkait cita-cita yang diinginkan. Bahwasannya manusia menggunakan teknologi sebagai sebuah alat untuk membuat kehidupan lebih baik, bukan malah membuat masalah yang kompleks dalam kehidupan dimasa yang akan datang.

REFERENSI

- Murtana, A. (2014). Hubungan antara harga diri dan interaksi teman sebaya dengan stres belajar (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). [Google Scholar](#)
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smit, E. E., & Bem, D. J. (2010). Pengantar psikologi jilid II. *Tangerang: Interkasara*. [Google Scholar](#)
- Baron, R. A. & Greenberg, J. (2008). *Behaviour In Organization: Understanding and Managing The Human Side Of Work*, 9th ed. USA: Prentice Hall.
- Broto, H. D. F. C. (2016). Stres pada mahasiswa penulis skripsi (studi kasus pada salah satu mahasiswa program studi bimbingan dan konseling Universitas Sanata Dharma). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. [Google Scholar](#)
- Capel, S. A. (1992). Stress and burnout in teachers. *European Journal of Teacher Education*, 15(3), 197-211. <https://doi.org/10.1080/0261976920150305>
- Cherniss, C., & Cherniss, C. (1980). Staff burnout: Job stress in the human services. [Google Scholar](#)
- Dewe, P. J., O'Driscoll, M. P., & Cooper, C. (2010). Coping with work stress: A review and critique. [Google Translate](#)
- Ellis, A. (2006). Terapi REB Agar Hidup Bebas Derita. *Jakarta: Mizan*. [Google Translate](#)
- Hurlock, E.B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The Truth About Burnout (How to Organizations Cause Personal Stress and What to Do About it)*. SanFrancisco: Jorsey-Bass Publishers.
- Robert Budi Laksana. (2017). *Pengetahuan Dasar Seni*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sugara. S. G., (2019). *Konseling Singkat Berorientasi Solusi*. Bandung: Edupotensia Salami, S. O. (2011). Job Stress and Burnout among Lecturers: Personality and Social
- Weiner, B. (1990). History of motivational research in education. *Journal of educational Psychology*, 82(4), 616. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.616>
- Wolfe, G. A. (1981). Burnout of therapists: inevitable or preventable?. *Physical therapy*, 61(7), 1046-1050. <https://doi.org/10.1093/ptj/61.7.1046>