



Teknik Dispute Kognitif Terhadap Kecanduan Game Online Siswa

Ridwan Syahran*^{1a}, Munifah Munifah^{1b}, Micha Felayati Silalahi^{1c}, Hasan Hasan^{1d}, Nurul Khalifah Usman^{1e}

^{1abcde}Universitas Tadulako, Jl. Soekarno Hatta, 94119, Kota Palu

e-mail: ^aridwansyahran@gmail.com, ^bmouneeff.psi@gmail.com, ^cchenatchenut91@gmail.com ,

^dsir.hasanhasan@gmail.com , ^dnurulkhalifah17@gmail.com

* ridwansyahran@gmail.com

Received: 21 April 2025; Revised: 23 April 2025; Accepted: 24 April 2025

Abstract: This study aims to test that students' online game addiction has decreased before and after being given group guidance with the cognitive dispute technique. The research sample amounted to 8 students based on purposive sampling technique. Collecting research data using online game addiction scale. The research data were analyzed using descriptive and inferential methods with the Wilcoxon Sign Rank Test formula. The results of descriptive analysis showed that before the provision of group guidance cognitive dispute techniques there were 4 students with high online game addiction classification and 4 students with moderate online game addiction classification. After being given group guidance on cognitive dispute techniques, there were 7 students with low online game addiction classification and 1 student with very low online game addiction classification. The results of inferential analysis show that the significance value is ($Z=-2.524$; $p<0.05$) with an average value of pretest ($M=69.00$; $SD=9.710$) and posttest ($M=40.25$; $SD=8.242$). The findings of this study indicate that students' online game addiction decreased significantly before and after being given group guidance with cognitive dispute techniques.

Keywords: Group guidance; Cognitive dispute technique; Online game addiction;

Abstract: Penelitian ini bertujuan untuk menguji bahwa kecanduan game online siswa mengalami penurunan sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan Teknik dispute kognitif. Sampel penelitian berjumlah 8 orang siswa berdasarkan teknik purposive sampling. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala kecanduan game online. Data penelitian dianalisis menggunakan metode deskriptif dan inferensial dengan rumus Wilcoxon Sign Rank Test. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik dispute kognitif terdapat 4 siswa dengan klasifikasi kecanduan game online tinggi dan 4 siswa dengan klasifikasi kecanduan game online sedang. Setelah diberikan bimbingan kelompok teknik dispute kognitif terdapat 7 siswa dengan klasifikasi kecanduan game online rendah dan 1 siswa dengan klasifikasi kecanduan game online sangat rendah. Hasil analisis inferensial menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar ($Z=-2.524$; $p<0.05$) dengan nilai rata-rata pretest ($M=69.00$; $SD=9.710$) dan Postest ($M=40.25$; $SD=8.242$). Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kecanduan game online siswa menurun secara signifikan sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik dispute kognitif.

Keywords: Bimbingan kelompok; Teknik dispute kognitif; kecanduan game online;

How to Cite: Syahran, R., Munifah, M., Silalahi, M. F., Hasan, H & Usman, N. K. (2025). Teknik Dispute Kognitif Terhadap Kecanduan Game Online Siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 10 (2), 79-85. <https://doi.org/10.21067/jki.v10i2.11912>

Copyright © 2022 (Ridwan Syahran, Munifah, Micha felayati Silalahi, Hasan,Nurul Khalifah Usman)



Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi yang sangat pesat pada era digital saat ini memberikan dampak yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia, khususnya dalam bidang pendidikan dan hiburan. Salah satu bentuk hiburan yang paling digemari oleh remaja saat ini adalah permainan game online. Fenomena ini tidak hanya membawa dampak positif sebagai sarana hiburan dan relaksasi, namun juga menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama ketika penggunaannya sudah melampaui batas wajar dan berkembang menjadi kecanduan (Aziz et al., 2021; Sulisworo et al., 2022).

Kecanduan game online menjadi masalah serius dalam dunia pendidikan karena dapat mengganggu konsentrasi belajar, menurunkan prestasi akademik, dan mengurangi interaksi sosial siswa (Astuti & Afrilya, 2024). Banyak siswa yang menghabiskan waktu berjam-jam bermain game hingga lupa waktu, mengabaikan tugas sekolah, dan bahkan mengalami gangguan tidur. Selain itu, kecanduan ini juga dapat memicu masalah emosional seperti mudah marah, cemas, atau depresi ketika tidak bisa bermain (Budiman et al., 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prevalensi kecanduan game online di kalangan pelajar cukup tinggi (Novrialdy, 2019; Syahran, 2015). Misalnya, studi menemukan bahwa sejumlah siswa mengalami gejala kecanduan, seperti keinginan kuat untuk terus bermain dan penurunan produktivitas (Bhatiasevi et al., 2023; Taechoyotin et al., 2020). Fenomena ini tidak hanya terjadi di perkotaan tetapi juga mulai merambah ke daerah pedesaan seiring dengan meluasnya jaringan internet.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan memiliki tanggung jawab untuk membantu siswa mengatasi masalah perilaku, termasuk kecanduan game online (Hasan et al., 2019; Nija & Lianawati, 2020). Layanan bimbingan dan konseling diharapkan dapat memberikan solusi melalui layanan yang tepat. Salah satu layanan yang dinilai efektif adalah bimbingan kelompok karena memiliki keunggulan dalam memberikan wadah kepada siswa untuk saling berbagi pengalaman, mendapatkan pemahaman baru, serta memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya dalam menghadapi permasalahan yang dialami (Lestari et al., 2025; Trisnowati et al., 2021).

Salah satu teknik yang dapat diterapkan dalam bimbingan kelompok untuk mengatasi kecanduan game online adalah teknik dispute kognitif. Teknik ini merupakan bagian dari pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Dispute kognitif bertujuan untuk membantu individu mengenali dan menantang pikiran-pikiran irasional yang menjadi dasar perilaku tidak adaptif, termasuk perilaku kecanduan (Dharma et al., 2020; Romiati et al., 2023).

Melalui teknik dispute kognitif, siswa diajak untuk mengidentifikasi keyakinan atau pemikiran yang tidak rasional terkait dengan game online, seperti anggapan bahwa bermain game adalah satu-satunya cara untuk merasa bahagia atau diterima oleh lingkungan social (Evriantara & Soesilo, 2024; Millatillah, 2019). Selanjutnya, siswa dibimbing untuk mengganti pikiran-pikiran tersebut dengan pemikiran yang lebih rasional dan realistik, sehingga dapat mengubah perilaku mereka menjadi lebih adaptif (Putri et al., 2019; Rahmah et al., 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan efektivitas teknik dispute kognitif dalam mengurangi perilaku adiktif (Evriantara & Soesilo, 2024; Ikhtiarawati et al., 2022). Selain itu, bimbingan kelompok juga terbukti berhasil dalam meningkatkan kesadaran diri dan keterampilan pengendalian diri pada siswa (Nija & Lianawati, 2020; Trisnowati et al., 2021). Namun, belum banyak penelitian yang menguji teknik *dispute kognitif* dalam setting bimbingan kelompok secara spesifik untuk menangani kecanduan game online pada siswa sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji bahwa kecanduan game online pada siswa efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *dispute kognitif* dalam menurunkan kecanduan game online pada siswa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam menangani masalah kecanduan game online. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi para guru bimbingan konseling dan penelitian selanjutnya.



Metodologi

Penelitian ini adalah penelitian jenis kuantitatif dengan metode eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan metode sistematis yang dapat membangun hubungan yang akan ada sebab akibat. Dalam penelitian eksperimen dilakukan dengan percobaan, untuk mengetahui pengaruh variabel *independen* (*treatment*/perlakuan) terhadap variabel *dependen* (hasil) dalam suatu kondisi.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*, karena dalam penelitian ini pengukuran akan dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) dalam satu kelompok eksperimen. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 8 siswa kelas XI di kota palu berdasarkan teknik purposive sampling.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecanduan *game online*. Skala ini disusun berdasarkan indikator kecanduan *game online*, kemudian dilakukan ujicoba dan dianalisis untuk melihat validitas dan realibilitanya. Skala ini digunakan untuk mengukur bagaimana tingkat kecanduan *game online* yang dimiliki oleh siswa yang menjadi subjek dalam penelitian. Skala ini berjumlah 28 item yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa skala ini dinyatakan valid dengan nilai sebesar 0.386 dan reliabel dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0.946.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan analisis inferensial secara statistik dengan rumus Wilcoxon Signed Ranks Test yang berbantuan IMB SPSS versi 25.

Hasil

Hasil analisis data penelitian tentang kecanduan *game online* pada siswa sebelum (*pretest*) diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik dispute kognitif dapat dilihat pada klasifikasi dan persentase kecanduan *game online* siswa yang ditunjukkan pada tabel 1. Berdasarkan table 1 tersebut dapat diketahui bahwa kecanduan *game online* dari 8 siswa yang menjadi subjek penelitian, siswa dengan klasifikasi tinggi terdapat 4 siswa berinisial MB, FL, AD, MJ yang masing-masing memiliki skor 81 persentase 96,4%, skor 80 dengan persentase 95,2%, skor 76 dengan persentase 90,4%, skor 74 dengan persentase 88,0%. Siswa dengan klasifikasi kecanduan *game online* sedang terdapat 4 siswa diantaranya sebagai berikut berinisial DE, RI, ZD, MR masing-masing memiliki nilai skor 63 dengan persentase 75%, skor 61 dengan persentase 72,6%, skor 59 dengan persentase 70,2% dan skor 58 dengan persentase 69%.

Tabel 1. Hasil Pretest Kecanduan Game Online Siswa

| No | Inisial | Skor | Persentase | Klasifikasi |
|----|---------|------|------------|-------------|
| 1 | MJ | 74 | 88,0% | Tinggi |
| 2 | AD | 76 | 90,4% | Tinggi |
| 3 | FL | 80 | 95,2% | Tinggi |
| 4 | MB | 81 | 96,4% | Tinggi |
| 5 | ZD | 59 | 70,2% | Sedang |
| 6 | RI | 61 | 72,6% | Sedang |
| 7 | DE | 63 | 75% | Sedang |
| 8 | MR | 58 | 69% | Sedang |

Selanjutnya, hasil analisis tentang kecanduan *game online* pada siswa sesudah (*posttest*) diberikan layanan bimbingan kelompok, dapat dilihat pada klasifikasi dan persentase kecanduan *game online* siswa yang ditunjukkan pada tabel 2. Berdasarkan table 2 dapat diketahui kecanduan *game online* dari 8 siswa yang menjadi subjek penelitian, siswa dengan klasifikasi rendah terdapat 7 siswa berinisial MJ, AD, FL, MB, ZD, RI, DE, masing-masing memiliki nilai skor 47 persentase 55,9%, skor 45 dengan persentase 53,5%, skor 50 dengan persentase 59,5%, skor 48 dengan persentase 57,1%, skor 33 dengan persentase 39,2%, skor 37 dengan persentase 44,0%, skor 34 dengan persentase 40,4% Siswa dengan klasifikasi sangat rendah terdapat 1 siswa berinisial MR dengan hasil skor 28 persentase 33,3%.


Tabel 2. Hasil Posttest Kecanduan Game Online Siswa

| No | Inisial | Skor | Persentase | Klasifikasi |
|----|---------|------|------------|---------------|
| 1 | MJ | 47 | 55,9% | Rendah |
| 2 | AD | 45 | 53,5% | Rendah |
| 3 | FL | 50 | 59,5% | Rendah |
| 4 | MB | 48 | 57,1% | Rendah |
| 5 | ZD | 33 | 39,2% | Rendah |
| 6 | RI | 37 | 44,0% | Rendah |
| 7 | DE | 34 | 40,4% | Rendah |
| 8 | MR | 28 | 33,3% | Sangat Rendah |

Sedangkan, Hasil analisis tingkat penurunan kecanduan *game online* siswa sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *dispute kognitif* dapat dilihat pada table 3. Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa Siswa yang mengalami klasifikasi kecanduan *game online* menurun dengan jumlah siswa 8 yaitu dengan siswa inisial MJ dari klasifikasi Tinggi dengan persentase 88,0% menurun menjadi klasifikasi rendah dengan persentase 55,9%, siswa dengan inisial AD dari klasifikasi Tinggi dengan persentase 90,4% menurun dengan persentase 53,5%, siswa dengan inisial FL dari klasifikasi Tinggi persentase 95,2% menurun dengan persentase 59,5%, siswa dengan inisial MB dari klasifikasi Tinggi persentase 96,4% menurun menjadi persentase 57,1%, siswa dengan inisial ZD dari klasifikasi Sedang persentase 70,2% menurun menjadi persentase 39,2%, siswa dengan inisial RI dari klasifikasi Sedang dengan persentase 72,6% menurun menjadi persentase 44,0%, siswa dengan inisial DE dari klasifikasi Sedang persentase 75% menurun menjadi persentase 40,4%, siswa dengan inisial MR dari klasifikasi Sedang persentase 69% menurun menjadi persentase 33,3%.

Tabel 3. Hasil Pretest dan Posttest Kecanduan Game Online Siswa

| No | Inisial | Pretest | | | Posttest | | | Keterangan |
|----|---------|---------|-------|-------------|----------|-------|---------------|------------|
| | | Skor | % | Klasifikasi | Skor | % | Klasifikasi | |
| 1 | MJ | 74 | 88,0% | Tinggi | 47 | 55,9% | Rendah | Menurun |
| 2 | AD | 76 | 90,4% | Tinggi | 45 | 53,5% | Rendah | Menurun |
| 3 | FL | 80 | 95,2% | Tinggi | 50 | 59,5% | Rendah | Menurun |
| 4 | MB | 81 | 96,4% | Tinggi | 48 | 57,1% | Rendah | Menurun |
| 5 | ZD | 59 | 70,2% | Sedang | 33 | 39,2% | Rendah | Menurun |
| 6 | RI | 61 | 72,6% | Sedang | 37 | 44,0% | Rendah | Menurun |
| 7 | DE | 63 | 75% | Sedang | 34 | 40,4% | Rendah | Menurun |
| 8 | MR | 58 | 69% | Sedang | 28 | 33,3% | Sangat Rendah | Menurun |

Lebih lanjut, data hasil penelitian ini dianalisis secara inferensial menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk melihat apakah kecanduan *game online* siswa mengalami penurunan secara signifikan sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *dispute kognitif*. Adapun hasilnya dapat dilihat pada table 4. Hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test pada tabel 4 menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar ($Z=-2.524$; $p<0.05$) dengan nilai rata-rata pretest ($M=69.00$; $SD=9.710$) dan Posttest ($M=40.25$; $SD=8.242$). Besaran nilai $p<0.05$ mengartikan bahwa kecanduan *game online* siswa mengalami penurunan secara signifikan sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *dispute kognitif*. Sehingga penelitian ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *dispute kognitif* efektif menurunkan kecanduan *game online* siswa.

Tabel 4. Wilcoxon Signed Ranks Test

| Results | N | Mean | SD |
|---------|---|------|----|
| | | | 82 |



| | | | |
|----------|---|--------|-------|
| Pretest | 8 | 69.00 | 9.710 |
| Posttest | 8 | 40.25 | 8.242 |
| <i>Z</i> | | -2.524 | |
| <i>p</i> | | 0.012 | |

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik dispute kognitif terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecanduan game online pada siswa. Hal ini terlihat dari penurunan skor kecanduan berdasarkan instrumen pengukuran yang digunakan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik dispute kognitif. Adanya penurunan yang signifikan pada tingkat kecanduan game online ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berhasil mengubah pola pikir dan perilaku siswa terkait penggunaan game online secara berlebihan.

Penerapan teknik dispute kognitif membantu siswa mengenali dan mempertanyakan pikiran irasional yang mendorong mereka untuk terus bermain game secara kompulsif (Evriantara & Soesilo, 2024; Millatillah, 2019). Banyak siswa yang sebelumnya memiliki keyakinan keliru seperti "jika saya tidak bermain game, saya tidak punya teman" atau "game adalah satu-satunya cara saya bahagia", mulai mampu mengkritisi dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih sehat seperti "saya bisa bersenang-senang dengan cara lain" atau "saya tetap bernilai meskipun tidak bermain game".

Selain itu, dengan optimalnya dinamika kelompok dalam proses bimbingan memberikan ruang yang aman dan suportif bagi siswa untuk saling berbagi pengalaman dan mendiskusikan perasaan serta tantangan yang mereka hadapi (Nija & Lianawati, 2020). Dalam lingkungan yang kondusif ini, siswa tidak merasa dihakimi dan dapat lebih terbuka terhadap proses perubahan. Suasana kelompok juga mendorong siswa untuk saling memberikan dukungan, yang memperkuat motivasi mereka dalam mengurangi ketergantungan terhadap game online (Trisnowati et al., 2021).

Selama sesi pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik dispute kognitif, siswa diajak untuk mengidentifikasi situasi yang memicu keinginan bermain game secara berlebihan, serta menelusuri keyakinan irasional di baliknya (Millatillah, 2019; Trisnowati et al., 2021). Proses ini dilanjutkan dengan aktivitas dispute, yaitu mempertanyakan validitas dan manfaat dari keyakinan tersebut, lalu menggantinya dengan keyakinan rasional. Proses ini membuat siswa menjadi lebih sadar terhadap cara berpikir mereka, dan pada akhirnya mengubah perilaku secara bertahap.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendekatan kognitif, khususnya Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), efektif dalam mengatasi berbagai bentuk perilaku adiktif (Evriantara & Soesilo, 2024; Ikhtiarawati et al., 2022). Namun, dalam penelitian ini lebih mengeksplorasi penerapan teknik dispute kognitif dalam format bimbingan kelompok yang diberikan kepada siswa disekolah.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik dispute kognitif merupakan strategi intervensi yang aplikatif untuk menangani kecanduan game online siswa. Temuan penelitian ini secara praktis dapat menjadi acuan bagi konselor sekolah dalam merancang layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *dispute kognitif*.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa tingkat kecanduan game online pada siswa menurun secara signifikan sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *dispute kognitif*. Keberhasilan intervensi ini didukung oleh dinamika kelompok yang memfasilitasi pertukaran pengalaman dan saling mendukung antar peserta, sekaligus menegaskan bahwa pendekatan REBT dengan teknik *dispute kognitif* dalam setting kelompok dapat menjadi solusi yang tepat untuk menangani masalah kecanduan game online di kalangan pelajar. Namun, Penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan, seperti sampel yang terbatas pada satu sekolah sehingga hasilnya belum tentu



dapat digeneralisasi. Penelitian lanjutan disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas dan mengukur dampak intervensi jangka panjang.

Referensi

- Astuti, D. K., & Afrilya, Z. (2024). Hubungan Antara Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Hidup Pada Remaja. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(4), 17697–17702. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i4.39149>
- Aziz, N., Nordin, M. J., Abdulkadir, S. J., & Salih, M. M. M. (2021). Digital addiction: systematic review of computer game addiction impact on adolescent physical health. *Electronics*, 10(9), 996. <https://doi.org/10.3390/ELECTRONICS10090996>
- Bhatiasevi, V., Rukumnuaykit, P., & Pholphirul, P. (2023). Online Gaming Addiction and Quality of Life among Early Adolescents in Thailand: An Investigation from a SEM-Neural Network Approach. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2023, 1–16. <https://doi.org/10.1155/2023/7898600>
- Budiman, A., Putra, B. S., & Hastani, R. T. (2022). Gambaran Prestasi, Ansietas, Kualitas Tidur dan Motivasi Belajar Remaja yang Kecanduan Game Online: Literature Review. *ProHealth Journal*, 19, 46–54. <https://doi.org/10.59802/phj.202219262>
- Dharma, I. D. A. E. P., Karpika, I. P., Sapta, I. K., Suhardhita, K., & Aman, V. (2020). Pendekatan konseling rational emotive behavioral therapy (REBT) dengan teknik dispute kognitif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VII. F SMP Negeri 12 Denpasar. *Indonesian Journal of Educational Development (IJED)*, 1(3), 429–436. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4285218>
- Evriantara, M. A., & Soesilo, T. D. (2024). Application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Group Counseling Model using Cognitive Dispute Technique to reduce Online Game addiction among Junior High School Students. *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 8(3), 218–223. <https://doi.org/10.22460/quanta.v8i3.4933>
- Hasan, H., Sugiharto, D. Y. P., & Sunawan, S. (2019). Group counseling of cognitive behavior with self instruction technique on self efficacy and academic burnout. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(1), 91–96.
- Ikhtiarawati, I. F., Purwati, P., & Kurniati, A. (2022). Effectiveness of Counseling Group Behavioral Aversion Techniques and REBT Cognitive Dispute Techniques to Reduce Adolescent Smoking Behavior. *Prosiding University Research Colloquium*, 210–219.
- Lestari, M., Aras, N. F., Puswiartika, D., Hasan, H., Wulandari, R. A., & Irawan, A. W. (2025). Bimbingan Kelompok Teknik Self Control Untuk Mengurangi Loneliness Pada Siswa. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 206–214. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2025.v10i2.206-214>
- Millatillah, H. (2019). Rasional Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Smp. *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 3(1), 7–11. <https://doi.org/10.22460/q.v3i1p6-10.1507>
- Nija, Y. I., & Lianawati, A. (2020). Bimbingan kelompok teknik self control efektif mengurangi kecanduan game online siswa SMA Sejahtera Surabaya. *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 154–160. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42428>
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan game online pada remaja: Dampak dan pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Putri, D. T., Purnamasari, R. A., Hanim, W., & Marjo, H. K. (2019). Konseling Kelompok Perspektif Integrative (Teknik Dispute Cognitive & Teknik Imageri) Untuk Mencegah Upaya Percobaan Bunuh Diri Siswa Berasrama di Pesantren. *Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 2(2), 67–76.
- Rahmah, M., Kasih, F., & Putra, F. (2024). The Effectiveness of Individual Counseling Based on the Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Approach Using Cognitive Disputation Techniques in Reducing Bullying Behavior. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 6(2), 65–73. <https://doi.org/10.35334/jbkb.v6i2.13>



- Romiaty, R., Pangestie, E. P., Apriatama, D., Nonsihai, N., & Sukarningsi, S. (2023). *Buku Ajar Teori Konseling REBT, Behavior dan Realita*. Deepublish.
- Sulisworo, D., Setiyani, R. Y., Kalid, K. S., & Erviana, V. Y. (2022). Critical Studies of Technology, Psychology, and Education on Online Games. *Bincang Sains Dan Teknologi*, 1(02), 83–91. <https://doi.org/10.56741/bst.v1i02.169>
- Syahran, R. (2015). Ketergantungan online game dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 1. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i1.1537>
- Taechoyotin, P., Tongrod, P., Thaweerungruangkul, T., Towattananon, N., Teekapakvisit, P., Aksornpusitpong, C., Sathapornpunya, W., Hempatawee, N., Rangsin, R., Mungthin, M., & Piyaraj, P. (2020). Prevalence and associated factors of internet gaming disorder among secondary school students in rural community, Thailand: a cross-sectional study. *BMC Research Notes*, 13(11), 1–7. <https://doi.org/10.1186/S13104-019-4862-3>
- Trisnowati, D., Rufaidah, A., & Mardiana, N. (2021). Mengatasi perilaku kecanduan game online melalui layanan bimbingan kelompok. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(1), 17–24. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i1.4581>