

# **KEEFEKTIFAN KONSELING *BEHAVIOR* DENGAN TEKNIK *AVERSI* UNTUK MENGURANGI KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA KELAS VIII MTS ABI HUROIROH**

**Siti Marfu'ah<sup>1</sup>, Miftakhul Djannah<sup>2</sup>, Bakhrudin All Habsy<sup>3</sup>**

[miftahdj06@gmail.com](mailto:miftahdj06@gmail.com)

MTs Abi Huroiroh - Universitas Darul Ulum Fakultas Keguruan Dan  
Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan Dan Konseling

**Abstrak** :Pada bulan Maret 2020, dampak dari Pandemi COVID-19 mulai menyebar di Indonesia. Kebijakan yang dilakukan pemerintah untuk memutus jalur penyebaran virus COVID-19 termasuk kebijakan diantara yaitu Belajar dari Rumah atau biasa disingkat BDR. Media yang digunakan adalah media *Handphone*. Hp tidak hanya digunakan untuk BDR namun juga digunakan untuk *Game Online*, sehingga membuat beberapa siswa mengalami kecanduan *Game Online*. Salah satu upaya untuk mengurangi kecanduan *Game Online* adalah dengan menggunakan bimbingan konseling *behavior* dengan teknik *aversi*. Penelitian ini dilakukan dengan 2 tahap. Tahap pertama dilakukan penyebaran angket sebelum dilakukan teknik *aversi*. Setelah itu dilakukan pengambilan sampel 10 anak secara acak untuk dilakukan bimbingan konseling *behavior* dengan menggunakan teknik *aversi*. Setelah itu, dilakukan penelitian tahap kedua dengan hasil yang dapat disimpulkan adalah ada perbedaan tingkat kecanduan game online pada anak yang tidak melakukan bimbingan konseling dengan anak yang melakukan bimbingan konseling *behavior* dengan teknik *aversi*.

Kata Kunci: Konseling *Behavior*, Teknik *Aversi*, Kecanduan *Game Online*

# ***THE EFFECTIVENESS OF BEHAVIOR COUNSELING WITH AVERSION TECHNIQUES TO REDUCE ONLINE GAME ADDICTION IN CLASS VIII STUDENTS OF MTS ABI HUROIROH***

*Abstract : In March 2020, the impact of the COVID-19 Pandemic began to spread in Indonesia. Policies made by the government to break the path of the spread of the COVID-19 virus include policies including Learning from Home or commonly abbreviated as BDR. The media used is mobile media. Cell phones are not only used for BDR but are also used for online games, thus making some students addicted to online games. One of the efforts to reduce addiction to online games is to use behavior counseling with aversion techniques. This research was conducted in 2 stages. The first stage is the distribution of the questionnaire before the aversion technique is carried out. After that, a sample of 10 children was taken randomly for behavioral counseling guidance using aversion technique. After that, a second phase of research was conducted with the results that can be concluded that there is a difference in the level of online game addiction in children who do not do counseling with children who do behavior counseling with aversion techniques.*

*Keywords: Behavioral Counseling, Aversion Technique, Online Game Addiction*

## PENDAHULUAN

Pada bulan Maret 2020, dampak dari Pandemi COVID-19 mulai menyebar di Indonesia, tidak terkecuali di Kecamatan Perak, kabupaten Jombang. Kebijakan demi kebijakan telah dikeluarkan pemerintah pusat untuk mengupayakan agar memutus jalur penyebaran virus COVID-19 termasuk kebijakan diantara yaitu Belajar dari Rumah atau biasa disingkat BDR.

Pada tanggal 29 Mei 2020, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menerbitkan Surat edaran nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar dari Rumah dalam Masa Darurat Penyebaran COVID-19.

Staf Ahli Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Bidang Regulasi, Chatarina Muliana Girsang menyampaikan, surat tersebut digunakan untuk memperkuat Surat Edaran Mendikbud No 14 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam masa Darurat Coronavirus Disease (Covid-19).

Dalam surat itu, disebutkan bahwa tujuan pelaksanaan Belajar dari Rumah (BDR) adalah untuk memastikan pemenuhan hak peserta didik untuk mendapatkan layanan pendidikan selama darurat COVID-19. Selain itu, tujuan yang lain ialah melindungi warga satuan pendidikan dari dampak buruk COVID-19,

mencegah penyebaran dan penularan COVID-19 di satuan pendidikan, dan memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik dan orang tua. (Habsy, 2020)

Dalam pelaksanaannya, secara tidak langsung kebijakan BDR mewajibkan Siswa untuk belajar melalui media *Handphone* atau HP untuk tatap muka menggunakan aplikasi tertentu, atau mencari sumber pengetahuan dan atau mengirimkan hasil belajar kepada Guru Kelas / Guru Mapel.

Menurut hasil penelitian tidak terstruktur yang dilakukan oleh peneliti, peneliti mendapatkan data bahwa kedekatan antara siswa dengan HP ini tidak hanya digunakan untuk melaksanakan kegiatan BDR semata, akan tetapi siswa yang cenderung merasa bosan dan jenuh dengan kegiatan BDR, mengisi kegiatan dengan memainkan *Game Online* yang tersedia dalam beberapa aplikasi di HP mereka.

Menurut Adam : 2007 , *Game online* adalah permainan (*games*) yang dapat diakses oleh banyak pemain, di mana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh jaringan internet.

Sementara dampak negatif dari kecanduan *Game Online* atau *game online*

*addiction* akan memunculkan berbagai masalah di dalam kehidupan nyata, seperti kecenderungan menghabiskan banyak waktu untuk bermain/ kehilangan kontrol waktu (Chou, dalam Kharisma, 2008), isolasi sosial (Habsy, 2018), serta mengalami kesulitan dalam hal akademis, pendidikan sekolah, relasi sosial, pernikahan, finansial, tampilan kerja, kesehatan, dan fungsi-fungsi kehidupan sehari-hari yang vital (King, 1996; Young, dalam Loton, 2007). Bahkan efek ini juga dapat menimbulkan pengaruh psikologis, yaitu pikiran yang selalu tertuju pada games.

Perilaku *game online addiction* pada dasarnya merupakan sebuah gangguan kognitif, dimana individu memiliki penilaian yang berlebihan terhadap game yang ia mainkan. Individu menilai bahwa suatu permainan akan menghasilkan perasaan senang, kenikmatan, dan kepuasan saat bermain. Perilaku *game online addiction* didasari oleh proses kognitif yang negatif/maladaptif (pikiran, keyakinan, dan gambaran diri) yang mana mengurung individu secara psikologis terhadap perilaku bermain yang berlebihan, serta mengabaikan kegiatan-kegiatan lainnya.

Berdasarkan wawancara tidak terstruktur dengan beberapa orang tua siswa menyatakan bahwa mereka

mengeluhkan putra/putrinya yang terlalu sering memainkan *Game Online* di HPnya. Terkadang memainkannya dirumah, dirumah temannya, dan terkadang pula memainkan di warung-warung yang menyediakan fasilitas wifi. Dampaknya tidak jarang diantara mereka yang sering terlambat dalam mengikuti kegiatan BDR bahkan tidak mengikutinya sama sekali. Dari hasil wawancara tersebut, beberapa orang tua meminta solusi kepada peneliti agar dapat membantu untuk menangani kasus yang mereka alami dalam mendidik putra/putrinya.

Dalam kasus ini, peneliti ingin memberikan *treatment* berupa Konseling Behavior teknik Aversi. Dimana Teknik aversi bisa melibatkan penarikan penguatan positif atau penggunaan berbagai bentuk hukuman. Teknik inilah yang digunakan para behavioris karna metode ini dianggap cukup memberikan pengaruh pada perubahan tingkah laku klien meski cara yang digunakan sedikit menekan guna menghindari konsekuensi terburuk agar klien tidak melakukan hal yang tidak diinginkan. Sebagian besar lembaga memakai prosedur aversi untuk mengendalikan para anggotanya dengan tujuan membentuk tingkah laku individu agar sesuai dengan aturan yang ada. (Gerald : 2013)

Terapi aversi dilakukan untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan memberikan stimulus yang tidak menyenangkan (menyakitkan) sehingga yang tidak memunculkan perilaku yang tidak diinginkan. (Latipun : 2008)

Menurut Gerald : 2013, maksud dari prosedur aversi ialah menyajikan cara untuk menahan respon maladaptif dalam suatu periode sehingga terdapat kesempatan untuk memperoleh tingkah laku alternative yang adaptif dan mampu memperkuat dirinya sendiri. Salah satu kesalahan pemahaman yang populer adalah bahwa teknik-teknik yang berlandaskan hukuman merupakan

## **METODE PENELITIAN**

Rancangan penelitian ini menggunakan jenis desain penelitian eksperimen dengan pendekatan Single Subject Desain (SSD) atau penelitian dengan subyek tunggal (Sunanto, 2005: 54). Dalam desain subyek tunggal penelitian ini memfokuskan pada data individu sebagai sampel penelitian hal ini diungkapkan Rosnow dan Rosenthal (Sunanto, 2005).

Pada penelitian subyek tunggal pengukuran variabel terikat atau target behavior dilakukan berulang-ulang dengan periode waktu tertentu misalnya perminggu, perhari atau perjam. Perbandingan dilakukan pada subyek yang

perangkat yang paling penting bagi para terapis tingkah laku. Sebenarnya hukuman jangan sering dilakukan meskipun mungkin para konseli meminta penghapusan tingkah laku melalui proses penghukuman. Cara yang positif dan mengarah pada tingkah laku baru akan lebih efektif jika digunakan.

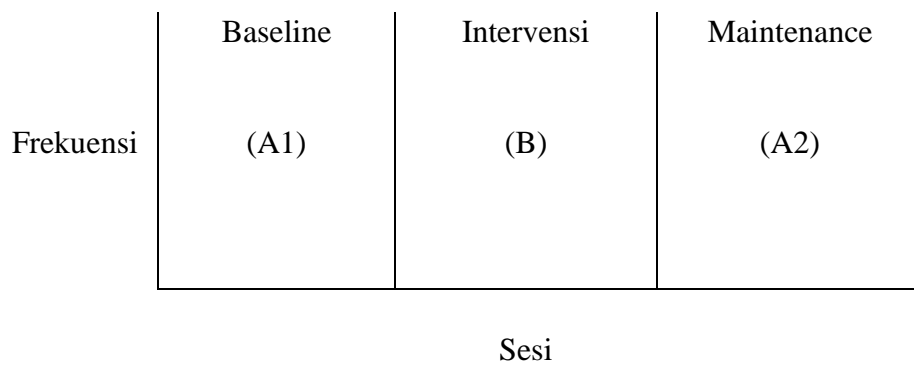
Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengangkat dan membahas secara ilmiah kedalam bentuk skripsi satu permasalahan mengenai “Keefektifan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Aversi* untuk mengurangi Kecanduan *Game Online* pada Siswa kelas VIIIMTs Abi Huroiroh ”.

sama dalam kondisi yang berbeda, yaitu kondisi baseline dan kondisi eksperimen (intervensi). Kondisi baseline adalah kondisi di mana pengukuran target behavior dilakukan pada keadaan natural sebelum diberikan intervensi apapun. Kondisi intervensi adalah kondisi di mana suatu intervensi telah diberikan dan target behavior diukur di bawah kondisi tersebut. Pada penelitian dengan desain subyek tunggal selalu dilakukan perbandingan antara fase baseline dengan sekurangnya satu fase intervensi. (Sunanto, 2005: 54).

Metode penelitian ini adalah eksperimen Single Subjek Research (SSR)

dengan desain multiple baseline cross condition. Menurut Alberto & Troutman (2009) desain multiple baseline cross conditions adalah perilaku sama yang ditunjukkan subjek pada dua atau lebih kondisi. Pada penelitian desain multiple

baseline cross conditions ini peneliti ingin mengubah perilaku yang akan menjadi target behavior. Target behavior dalam penelitian ini adalah Kecanduan Game Online.



**Gambar 3.1** Prosedur Desain A-B-A (Alberto & Troutman, 2009).

Keterangan :

1. *Baseline* (A1), merupakan kondisi awal sebelum mendapatkan perlakuan (*intervensi*). Subjek terjaring melalui angkekt kecanduan game online, selanjutnya pada fase baseline subjek diamati berdasarkan rubrik observasi.
2. *Intervensi* (B), merupakan kondisi selama mendapatkan perlakuan (*intervensi*) dengan menggunakan teknik *self control*
3. *Maintenance* (A2), keadaan stabil pada siswa setelah

*intervensi* disebut juga masa pemeliharaan. Selama fase ini subjek dilakukan pengamatan oleh observer yaitu salah satu keluarga sample.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yakni variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah teknik self control. Sedangkan yang menjadi variabel terikat adalah kecanduan game online.

## HASIL dan PEMBAHASAN

### Hasil

Temuan Pengukuran Tingkat Kecanduan Game Online pada Tahap I

Pada penelitian tahap pertama peneliti mencoba menggali informasi

tentang pengelompokkan sampel. Pengelompokkan tersebut dibagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Pembagian kategori mengacu pada tabel berikut ini:

Tabel 4.5. Deskriptif Statistik Penelitian Tahap I

**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
Sebelum Dilakukan Teknik Aversi	20	25.00	55.00	80.00	70.6000	5.54788
Valid N (listwise)	20					

Berdasarkan tabel 4.5. dapat dilakukan pengelompokan kategori sebagai berikut:

$$X_{maks} = 80$$

$$X_{min} = 55$$

$$Range = X_{maks} - X_{min} = 80 - 55 = 25$$

$$Sd = 5,54$$

$$Mean = 70,60$$

$$Rendah : X < M - Sd$$

$$Sehingga X < 70,6 - 5,54$$

$$X < 65,06$$

$$Sedang : M - Sd \leq X < M + Sd$$

$$Sehingga 70,60 - 5,54 < X < 70,60 + 5,54$$

$$65,06 < X < 76,14$$

$$Tinggi : M + Sd < X$$

$$Sehingga 70,60 + 5,54 < X$$

$$76,14 < X$$

Maka berdasarkan perhitungan frekuensi, hasil pentabulasian angket dapat dibagi menjadi 3 kategori berikut ini:

Tabel 4.6. Kategori Hasil Penelitian Tahap I

<b>Kategori</b>	<b>Penelitian Tahap I</b>
Rendah	1
Sedang	17
Tinggi	2

D.2. Temuan Pengukuran Tingkat Kecanduan Game Online pada Tahap II

Pada penelitian tahap kedua peneliti mencoba menggali informasi tentang

pengelompokkan sampel dan tinggi. Pembagian kategori mengacu kembali. Pengelompokkan tersebut dibagi pada tabel berikut ini: menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang

Tabel 4.7. Deskripsi Statistik Hasil Penelitian Tahap II  
**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	20	21.00	55.00	76.00	66.0000	5.91163
Valid N (listwise)	20					

Berdasarkan tabel 4.7. dapat dilakukan pengelompokan kategori sebagai berikut:

$$X_{maks} = 76$$

$$X_{min} = 55$$

$$Range = X_{maks} - X_{min} = 76 - 55 = 21$$

$$Sd = 5,91$$

$$Mean = 66$$

$$\text{Rendah : } X < M - Sd$$

$$\text{Sehingga } X < 66 - 5,91$$

$$X < 60,09$$

$$\text{Sedang : } M - Sd \leq X < M + Sd$$

$$\text{Sehingga } 66 - 5,91 < X < 66 + 5,91$$

$$60,09 < X < 71,91$$

$$\text{Tinggi : } M + Sd < X$$

$$\text{Sehingga } 66 + 5,91 < X$$

$$71,91 < X$$

Maka berdasarkan perhitungan frekuensi, hasil pentabulasian angket dapat dibagi menjadi 3 kategori berikut ini:

Tabel 4.8. Kategori Hasil Penelitian Tahap II

Kategori	Penelitian Tahap II
Rendah	4
Sedang	13
Tinggi	3

Berdasarkan perbandingan antara Tabel 4.6. dan Tabel 4.8., secara garis besar ada perubahan

terhadap kecanduan game online pada anak. Asumsi tersebut berdasarkan pada anak yang



mempunyai tingkat kecanduan game online dengan kategori rendah pada penelitian tahap II lebih banyak dibandingkan pada penelitian I. Selain itu, pada kategori sedang mengalami

penurunan pada penelitian tahap II. Sehingga penelitian ini dapat dilanjutkan pada uji hipotesis terkait eksperimen tersebut akan dilanjutkan pada bab selanjutnya.

## **Pembahasan**

Hasil observasi yang dilakukan peneliti yaitu dengan melakukan bimbingan konseling dengan teknik aversi. Bimbingan tersebut dilakukan secara online maupun offline. Bimbingan online bertujuan untuk memantau perkembangan responden. Bimbingan konseling behavior dengan teknik aversi ini menggunakan 4 tahapan, yaitu : assesment, menentukan tujuan apa yang ingin dicapai, menerapkan teknik, dan yang terakhir adalah follow up.

### **a. Assesment**

Dalam melakukan assesment konselor melakukan hal yang bertujuan untuk menentukan apa yang akan dilakukan oleh klien pada saat proses konseling. Teknik yang digunakan ada beberapa tahap yaitu menganalisis situasi apa yang ada didalam

permasalahan klien sehingga konselor dapat dengan tepat memberikan bantuan pada klien. Setelah menganalisis situasi yang dialami klien kemudian mencari tau apa yang sebenarnya menjadi motivasi klien untuk berubah menjadi lebih baik lagi

### **b. Menentukan Tujuan**

Setelah melakukan assesmen tentunya perlu menentukan tujuan dari proses konseling yang akan dilakukan. Tujuan konseling ini dilakukan sesuai kesepakatan antara konselor dan klien berdasarkan dengan informasi yang telah diterima konselor dan dianalisa. Konselor membantu klien melihat masalah atas dasar tujuan yang hendak dicapai. Memperhatikan hambatan yang kemungkinan muncul selama proses konseling juga dibutuhkan agar dapat diukur dan mengantisipasi setiap hambatan dengan baik. Menentukan tujuan sebaiknya dilakukan dengan menyusun apa saja tujuannya dalam satu urutan yang detail.

### **c. Menerapkan Teknik**

Menentukan teknik yang baik untuk dilakukan adalah inti dari proses konseling karena teknik juga dapat memengaruhi berhasil atau tidaknya suatu proses konseling dalam melakukan tujuan yang hendak dicapai. Konselor dan klien selanjutnya menerapkan teknik yang sudah di sepakati oleh keduanya sesuai dengan permasalahan yang dialami klien.

Teknik yang digunakan peneliti yaitu dengan memberikan penjenjangan yang berupa perjanjian dan kesukaan yang terfokus pada non fisik. Kemudian untuk fisik maka peneliti menggunakan mencubit karena hal tersebut tidak disukai oleh konseli.

#### d. Follow Up

Proses follow up ini merupakan proses menjadi tahap akhir dalam proses konseling, dimana dalam tahap ini juga

## PENUTUP

Penelitian ini ialah untuk mengukur pada keefektifan konseling Behavior Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VIII MTs Abi Huroiroh. Pada penelitian ini penggunaan alat ukur (instrumen penelitian) dan menggunakan teknik sampling Purposive untuk menentukan tingkat kecanduan Game Online dan kemudian menggunakan teknik Desain Eksperimen *One Group Pre-Test Post-Test* dengan mengambil sampel yang memiliki tingkat kecanduan Game Online untuk meneliti keefektifan konseling Behavior. Berikut ini adalah kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan penelitian yang telah dilakukan:

Penelitian tahap pertama dilakukan dengan 20 sampel dan dibagi ke dalam kelompok

dilakukan evaluasi selama proses konseling dari awal hingga saat ini apakah ada perubahan dalam diri klien ataukah sebaliknya. Jika hasil yang dicapai sebaliknya maka konselor dan klien memberi jalan untuk mencari jalan dan memantau proses konseling apakah selama proses konseling ada sesuatu yang salah atau sesuatu yang mungkin kurang maksimal dalam melakukannya

kategori, diantaranya; Tingkat Kecanduan Game Online (1) "Rendah" dengan persentase sampel 5% dengan jumlah sampel 1; (2) "Sedang" dengan persentase sampel 85% dengan jumlah sampel 17; dan (3) "Tinggi" dengan persentase sampel sebanyak 10% dengan jumlah sampel

2. Tahap eksperimen konseling kelompok Cognitive Behavior penelitian memiliki 3 tahap dengan target pertemuan diantaranya yaitu: (1) penelitian memberikan model A-B-C dan memberikan terapi berupa pembayangan diri; (2) memberikan model A-B-C dengan memberikan gambaran kegiatan positif selain Game Online dan memberikan terapi berupa pembayangan diri serta motivasi untuk mengurangi intensitas kegiatan Game Online; (3) Pemberian motivasi dan pengukuran diri. Dila

kukan bimbingan konseling behavior dengan teknik aversi selama 1 minggu. Penelitian ini berlanjut pada pengukuran pada tahap kedua dengan hasil sebagai berikut: Tingkat Kecanduan Game Online (1) “Rendah” dengan persentase sampel 20% dengan jumlah sampel 4; (2) “Sedang” dengan persentase sampel 65% dengan jumlah sampel 13; dan (3) “Tinggi” dengan persentase sampel sebanyak 15% dengan jumlah sampel 3. Namun, pada pengukuran tahap kedua ini skor rata-rata angket mengalami penurunan dari pada tahap pertama.

Data pada sampel eksperimen terdapat 2 data pertama ialah saat sebelum melakukan Konseling (Pre-Test) dan kedua adalah setelah Konseling (Post-Test). Kemudian kedua data tersebut di uji untuk menentukan Hipotesis penelitian. Uji dilakukan pada IBM SPSS Statistic v20 dengan uji Independent Sample T-Test. Sehingga menunjukkan hasil nilai Sig  $0,002 > 0,05$  maka hipotesis menyatakan bahwa “H<sub>0</sub> ditolak” sedangkan “H<sub>1</sub> diterima”. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat kecanduan game online pada anak yang

tidak melakukan bimbingan konseling dengan anak yang melakukan bimbingan konseling behavior dengan teknik aversi

Berangkat dari kesimpulan di atas dan hasil penelitian, maka penulis memberikan beberapa saran. Adapun beberapa saran tersebut adalah sebagai berikut:

Dalam layanan Bimbingan dan Konseling juga terkadang memiliki kesulitan untuk memberikan layanan pada mereka yang memiliki kasus yang amat berat sehingga orang konselor-pun haruslah tanggap dan jika konselor telah mencapai kapasitasnya maka konselor-pun juga membutuhkan konselor lain untuk membantu memberikan pertolongan pada suatu kasus yang dialami klien atau peserta didik tertentu. Dalam pelayanan konseling kelompok terkadang tidak hanya memakai satu teknik, pendekatan dan sebagainya, khususnya pada suatu kasus tertentu.

Jika Konseling Behavior dengan Teknik Aversi dirasa kurang efektif dan efisien untuk memberikan layanan maka disarankan untuk konselor memakai teknik lain agar lebih efektif dan efisien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andri, Arif K dan Andi Widhya B.U. 2019. *Jangan Suka Game Online Pengaruh Game Online dan Tindakan Pencegahan*, Magetan, Jawa Timur: CV. AE MEDIA GRAFIK.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rinka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas, Edisi 4*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Corey, G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung, Jawa Barat: PT. REFIKA ADITAMA
- Djarwanto. 1994. *Pokok-pokok Metode Riset dan Bimbingan Teknis Penulisan Skripsi*. Yogyakarta : Liberty
- Froggatt, W. 2009. *A Brief Introduction to Cognitive-Behavior Therapy*.
- Habsy, B. A. (2020). Kajian Filosofis Ditengah Pandemi Covid-19 Berdasarkan Paradigma Konseling Catur Murti. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 7(1), 19-29. <https://doi.org/10.29407/nor.v7i1.14383>
- Habsy, B. A. (2018). Model bimbingan kelompok PPPM untuk mengembangkan pikiran rasional korban bullying siswa SMK etnis Jawa. *JP (Jurnal Pendidikan): Teori dan Praktik*, 2(2), 91-99.
- Handayani, Ermina Putri. 2020. *Efektifitas Teknik Pengkondisian Aversi dalam Mereduksi Kecanduan Game Online pada Siswa Kelas XI SMAN 3 Banjarmasin*. Bimbingan dan Konseling: Universitas Lambung Mangkurat
- Immanuel, N. 2009. *Gambaran Profil Kepribadian pada Remaja yang Kecanduan Game Online dan Tidak Kecanduan Game Online*. Skripsi dipublikasikan. Depok : Fakultas Psikologi II
- M. Juaidi Ghony dan Fauzan Almanshur. 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*, Malang, Jawa Timur: UIN MALANG PRESS
- Priyatno, Duwi. 2018. *SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa dan Umum*, Yogyakarta, Jawa Tengah: Andi
- Sartita, Nova, Zulfaan Saam dan Tri Umari. 2018. *Pengaruh Pengkondisian Aversi Terhadap Kecanduan Bermain Gadget pada Siswa SMAMuhammadiyah 1 Pekanbaru*. Bimbingan dan Konseling: Universitas Riau
- Sugiyono, 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung, Jawa Barat: Alfabeta.
- Ula, Risnanda Nimatul, Titin Indah Pratiwi. 2018. *Penerapan Konseling Individu dengan Teknik Aversi untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMPN 3 Gresik*. Bimbingan dan Konseling: Universitas Negeri Surabaya