

Efektivitas Konseling *Motivational Interviewing* (MI) dalam Mengurangi Agresivitas pada Siswa yang Kecanduan *Game Online*

Dian Pranata^{1*}, Agus Ria Kumara¹, Caraka Putra Bhakti¹, Wahyu Nanda Eka Saputra¹

[1] Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia.

Abstract

Aggressiveness among adolescents has become an increasingly complex psychosocial issue in line with the rising prevalence of online gaming addiction in the digital era. This study aimed to examine the effectiveness of Motivational Interviewing (MI) and Aggression Replacement Training (ART) in reducing aggressiveness among senior high school students with tendencies toward online gaming addiction. A quantitative approach with a quasi-experimental design was employed, using a mixed repeated-measures ANCOVA with online gaming addiction as a covariate. The participants consisted of 12 eleventh-grade students who exhibited high levels of aggressiveness and online gaming addiction at baseline. The results indicated that both interventions significantly reduced students' aggressiveness from the pre-intervention phase to the post-intervention and follow-up stages. However, Motivational Interviewing demonstrated greater effectiveness than Aggression Replacement Training, as evidenced by larger, more consistent, and more sustained reductions in aggressiveness across all measurement points. In addition, a significant relationship was found between aggressiveness and online gaming addiction, underscoring the importance of controlling digital behavioral addiction when implementing psychological interventions targeting aggressive behavior. Based on these findings, the study concludes that Motivational Interviewing represents a more effective and contextually appropriate counseling approach for reducing aggressiveness associated with online gaming addiction among adolescents. This study contributes to the development of evidence-based guidance and counseling practices in school settings, particularly in addressing contemporary psychosocial challenges faced by adolescents in the digital era.

Keywords: Aggressiveness; Online Gaming Addiction; Motivational Interviewing; Aggression Replacement Training; School Counseling

Article Info

Artikel History: Submitted: 2026-01-01 | Published: 2026-03-31

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v16i1.15519>

Vol 16, No 1 (2026) Page: 218 - 227

(*) Corresponding Author: Dian Pranata, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia, Email: 2575056019@webmail.uad.ac.id



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah merevolusi pola interaksi sosial, pembelajaran, dan hiburan remaja di seluruh dunia (Sukmana et al., 2025). Salah satu manifestasi paling signifikan dari transformasi ini adalah meningkatnya popularitas game online, yang kini menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari generasi muda. Secara global, laporan berbagai lembaga kesehatan mental menunjukkan bahwa intensitas penggunaan game digital pada remaja mengalami peningkatan tajam, terutama pascapandemi Covid-19, seiring dengan melonjaknya durasi penggunaan internet dan perangkat digital.

Di Indonesia, fenomena ini terlihat jelas melalui tingginya prevalensi adiksi internet dan game online pada kelompok usia 10–20 tahun, yang dilaporkan mencapai hampir seperlima populasi remaja. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek akademik dan sosial, tetapi juga memunculkan persoalan kesehatan mental yang semakin kompleks, termasuk gangguan regulasi emosi dan perilaku agresif. Dengan demikian, kecanduan *game online* tidak lagi dapat dipahami semata-mata sebagai persoalan gaya hidup, melainkan sebagai isu psikososial yang memiliki implikasi serius bagi perkembangan remaja dan ketahanan sistem pendidikan (Astuti, 2025). Urgensi persoalan ini semakin menguat ketika World Health Organization (WHO) secara resmi mengklasifikasikan gaming disorder sebagai gangguan mental dalam International Classification of Diseases edisi ke-11 (ICD-11). Pengakuan ini menegaskan bahwa pola bermain game yang tidak terkendali dapat mengganggu fungsi personal, sosial, dan akademik individu secara signifikan. Dalam konteks remaja, adiksi *game online* kerap disertai dengan meningkatnya iritabilitas, impulsivitas, serta kecenderungan agresivitas, terutama ketika akses terhadap game dibatasi atau dihentikan secara tiba-tiba (Husniah et al., 2023).

Berbagai studi empiris menunjukkan adanya korelasi yang konsisten antara tingkat kecanduan *game online* dan perilaku agresif, baik yang diekspresikan secara verbal maupun fisik (Lestyaningrum et al., 2022; Sevila et al., 2025). Data nasional juga mengindikasikan bahwa perilaku agresif pada remaja yang sering kali muncul dalam bentuk kekerasan antarteman masih berada pada tingkat yang mengkhawatirkan, dengan proporsi pelaku kekerasan didominasi oleh kelompok sebaya. Temuan-temuan ini menempatkan agresivitas remaja akibat adiksi *game online* sebagai persoalan multidimensional yang memerlukan pendekatan intervensi berbasis bukti (evidence-based intervention), khususnya di lingkungan sekolah. Meskipun berbagai intervensi telah dikembangkan untuk menangani adiksi *game online* dan perilaku agresif, pendekatan yang ada masih menunjukkan sejumlah keterbatasan. Intervensi yang berfokus pada kontrol eksternal, seperti pembatasan waktu bermain atau pemberian sanksi disipliner, sering kali hanya menghasilkan perubahan perilaku yang bersifat sementara dan tidak menyentuh akar motivasional individu (Rizqiyah et al., 2025).

Pendekatan kognitif-perilaku dan pelatihan pengendalian diri memang

terbukti efektif dalam beberapa konteks, namun cenderung menempatkan konseli sebagai penerima instruksi pasif, bukan sebagai agen perubahan yang aktif. Dalam literatur internasional, semakin banyak peneliti menyoroti pentingnya pendekatan yang mampu memfasilitasi perubahan perilaku melalui penguatan motivasi intrinsik, khususnya pada perilaku adiktif yang bersifat ambivalen (Suriadi & Sriwahyuni, 2025). Namun, kajian empiris mengenai penerapan pendekatan konseling berbasis motivasi, seperti *Motivational Interviewing* (MI), untuk mereduksi agresivitas akibat adiksi *game online* pada remaja masih relatif terbatas, terutama dalam konteks pendidikan di negara berkembang, termasuk Indonesia. Kesenjangan penelitian ini menunjukkan perlunya eksplorasi lebih lanjut mengenai efektivitas MI sebagai alternatif intervensi yang lebih humanistik dan berorientasi pada klien. *Motivational Interviewing* merupakan pendekatan konseling kolaboratif yang berfokus pada penggalian dan penguatan motivasi intrinsik individu untuk berubah (Agustin et al., 2025).

Berbeda dengan pendekatan direktif, MI menekankan empati, pengembangan diskrepansi, penerimaan resistensi, dan penguatan efikasi diri sebagai fondasi perubahan perilaku yang berkelanjutan. Berbagai meta-analisis internasional menunjukkan bahwa MI efektif dalam menurunkan perilaku adiktif dan berisiko, termasuk penyalahgunaan zat, perilaku delinkuen, dan agresivitas pada remaja. Namun demikian, sebagian besar bukti empiris tersebut berasal dari konteks klinis atau sistem peradilan anak, bukan dari setting sekolah formal (Safitri et al., 2025).

Dalam konteks pendidikan Indonesia, penelitian tentang MI masih didominasi oleh kajian konseptual atau intervensi terbatas tanpa pengukuran longitudinal yang memadai. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan dengan menguji efektivitas konseling MI secara eksperimental dalam lingkungan sekolah menengah, dengan fokus khusus pada reduksi agresivitas siswa yang mengalami kecanduan *game online*. Kontribusi ini tidak hanya memperkaya khazanah teoritis bimbingan dan konseling, tetapi juga memberikan inovasi metodologis melalui penerapan desain *repeated measures* yang memungkinkan evaluasi perubahan perilaku secara berkelanjutan. Lebih jauh, studi ini memiliki relevansi yang kuat dengan agenda global, khususnya.

Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs), terutama SDG 3 (kesehatan dan kesejahteraan) dan SDG 4 (pendidikan berkualitas) (Sunarti & Awwaliya, 2025). Upaya untuk mengurangi agresivitas remaja dan mempromosikan kesehatan mental di sekolah merupakan bagian integral dari pembangunan sumber daya manusia yang berkelanjutan di era digital. Dengan menempatkan MI sebagai strategi intervensi yang kontekstual, adaptif, dan berpusat pada siswa, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan praktik bimbingan dan konseling yang responsif terhadap tantangan kesehatan mental digital abad ke-21. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk menyelidiki efektivitas konseling *Motivational Interviewing* dalam mengurangi perilaku agresif pada siswa yang mengalami kecanduan *game online*, serta untuk memberikan dasar empiris bagi penerapan pendekatan MI dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah menengah Indonesia.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimental (*quasi-experimental design*) (Putra et al., 2025). Secara spesifik, penelitian menerapkan *pretest–posttest repeated measures design*, yang memungkinkan pengukuran perubahan perilaku partisipan secara berkelanjutan sebelum, selama, dan setelah intervensi diberikan. Dalam desain ini, partisipan berfungsi sebagai kontrol bagi dirinya sendiri, sehingga sensitivitas desain terhadap perubahan akibat perlakuan menjadi lebih tinggi. Pemilihan desain kuasi-eksperimental didasarkan pada pertimbangan etis dan praktis dalam konteks pendidikan, di mana randomisasi penuh sering kali sulit diterapkan. Selain itu, desain *repeated measures* dipandang sesuai untuk mengevaluasi efektivitas intervensi konseling *Motivational Interviewing* (MI) yang menargetkan perubahan psikologis dan perilaku secara bertahap, khususnya agresivitas pada siswa yang mengalami kecanduan *game online*. Desain ini juga memungkinkan evaluasi stabilitas efek intervensi melalui pengukuran *follow-up*, sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai keberlanjutan perubahan perilaku (Agustianti et al., 2022).

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah 12 siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) kelas XI yang bersekolah di SMA Negeri 1 Simpang Rimba, Provinsi Bangka Belitung, Indonesia. Partisipan berada pada rentang usia remaja akhir dan terdiri dari siswa yang menunjukkan tingkat kecanduan *game online* sedang hingga tinggi serta perilaku agresif yang teridentifikasi oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK).

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan beberapa instrumen pengumpulan data untuk memastikan ketepatan dan keandalan pengukuran. Instrumen utama berupa skala psikologis agresivitas, yang dirancang untuk mengukur kecenderungan perilaku agresif siswa, baik dalam bentuk agresi fisik maupun verbal. Skala ini disusun berdasarkan indikator perilaku agresif yang telah banyak digunakan dalam penelitian psikologi perkembangan dan bimbingan konseling, dengan format pernyataan tertutup menggunakan skala Likert. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan skala kecanduan *game online* untuk mengidentifikasi tingkat adiksi partisipan pada tahap seleksi awal. Instrumen pendukung berupa pedoman observasi dan kuesioner evaluatif, yang digunakan untuk memantau perubahan perilaku siswa selama dan setelah intervensi. Penggunaan kombinasi skala psikologis dan observasi bertujuan untuk meningkatkan validitas konstruk melalui triangulasi data. Instrumen-instrumen yang digunakan telah melalui proses validasi isi oleh ahli bimbingan dan konseling serta menunjukkan reliabilitas yang memadai berdasarkan uji konsistensi internal. Penggunaan skala psikologis dalam penelitian ini sejalan dengan praktik internasional dalam mengukur konstruk afektif dan perilaku, di mana respons tidak diklasifikasikan sebagai benar atau salah, melainkan mencerminkan kondisi subjektif partisipan secara aktual (Agustianti et al., 2022).

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik inferensial, dengan teknik utama berupa Analisis Varian (ANOVA). Analisis ini digunakan untuk menguji

perbedaan skor agresivitas antar waktu pengukuran (*pretest*, *posttest*, dan *follow-up*) serta untuk menilai efektivitas intervensi konseling MI secara kuantitatif. Sebelum analisis utama dilakukan, data terlebih dahulu diuji asumsi statistiknya, termasuk uji normalitas, guna memastikan kesesuaian data dengan persyaratan analisis parametrik. Pemilihan ANOVA sebagai teknik analisis didasarkan pada tujuan penelitian yang berfokus pada pengujian perubahan skor rata-rata agresivitas akibat perlakuan serta evaluasi keberlanjutan efek intervensi (Nainggolan et al., 2025). Seluruh proses analisis dilakukan secara sistematis untuk memastikan bahwa temuan penelitian memiliki validitas internal yang kuat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Statistik Deskriptif

Penelitian ini melibatkan 12 siswa kelas XI SMA Negeri 1 Toboali. Pada pengukuran awal (T1), seluruh partisipan berada pada kategori tinggi baik untuk agresivitas maupun kecanduan *game online*. Skor agresivitas awal berada pada rentang 91–107 dengan nilai rata-rata sebesar $M = 96,25$ ($SD = 4,60$), sedangkan skor kecanduan *game online* berada pada rentang 67–81 dengan nilai rata-rata $M = 74,50$ ($SD = 4,31$). Hasil ini menunjukkan bahwa karakteristik awal partisipan relatif homogen sebelum intervensi diberikan.

Tabel 1. Hasil Penyebaran Skala Adiksi *Game online*

No	Nama	T1	Kategori
1	ADL	76	Tinggi
2	ADR	74	Tinggi
3	ALD	77	Tinggi
4	FFZ	67	Tinggi
5	RVL	71	Tinggi
6	APD	74	Tinggi
7	NCK	68	Tinggi
8	YGA	80	Tinggi
9	KRN	77	Tinggi
10	RZY	81	Tinggi
11	RDH	78	Tinggi
12	ECO	71	Tinggi
	Skor Minimal	67	
	Skor Maksimal	81	
	Mean	74,50	
	SD	4,31	

Partisipan dibagi ke dalam dua kelompok intervensi, yaitu kelompok *Motivational Interviewing* (MI) dan kelompok *Aggression Replacement Training* (ART). Pada tahap *pretest* (T1), kelompok MI memiliki skor agresivitas rata-rata $M = 94,33$ ($SD = 3,14$), sedangkan kelompok ART sebesar $M = 98,17$ ($SD = 5,67$). Perbedaan skor agresivitas awal antar kelompok tidak signifikan secara statistik, sehingga kedua kelompok dinilai memiliki kondisi awal yang sebanding.

Tabel 2. Hasil Perhitungan T1 Skala Agresivitas dan Adiksi *Game online*

No	Kelompok MI			Kelompok ART		
	Nama	Agresivitas	Adiksi	Nama	Agresivitas	Adiksi
1	ADL	98	76	NCK	95	68

2	ADR	95	74	YGA	103	80
3	ALD	92	77	KRN	95	77
4	FFZ	91	67	RZY	107	81
5	RVL	92	71	RDH	97	78
6	APD	98	74	ECO	92	71
	Mean	94,33	73,17		98,17	75,83
	SD	3,14	3,67		5,67	5,19

Perubahan Agresivitas Setelah Intervensi

Hasil pengukuran pada tahap posttest (T2) dan tindak lanjut (T3 dan T4) menunjukkan adanya penurunan agresivitas pada kedua kelompok. Namun, penurunan yang lebih besar dan konsisten terjadi pada kelompok MI. Pada tahap posttest (T2), skor agresivitas kelompok MI menurun menjadi $M = 62,67$ ($SD = 1,97$), sedangkan kelompok ART menurun menjadi $M = 73,83$ ($SD = 3,19$).

Tabel 3. Hasil Analisis Pengujian Hipotesis

Parameter	Kelompok				t	p
	ART		MI			
	Mean	SD	Mean	SD		
T1	98,17	5,67	94,33	3,14	-1,448	0,178
T2	73,83	3,19	62,67	1,97	-7,302	0,000
T3	68,83	4,71	53,0	3,85	-6,379	0,000
T4	67,0	5,09	47,60	4,59	-6,960	0,000
Between	F	64,610				
	P	0,000				
Within	F	276,081				
	P	0,000				
Interaksi	F	10,107				
	p	0,002				

Pada tahap tindak lanjut pertama (T3), kelompok MI kembali menunjukkan penurunan agresivitas menjadi $M = 53,00$ ($SD = 3,85$), sementara kelompok ART berada pada skor $M = 68,83$ ($SD = 4,71$). Pada tindak lanjut terakhir (T4), agresivitas kelompok MI telah mencapai kategori rendah dengan skor rata-rata $M = 47,50$ ($SD = 4,59$), sedangkan kelompok ART tetap berada pada kategori sedang dengan skor rata-rata $M = 67,00$ ($SD = 5,09$). Temuan ini menunjukkan bahwa konseling MI menghasilkan penurunan agresivitas yang lebih berkelanjutan dibandingkan ART.

Pergeseran Kategori Agresivitas

Seluruh partisipan pada kedua kelompok berada pada kategori agresivitas tinggi pada tahap pretest (T1). Setelah intervensi, tingkat agresivitas pada kedua kelompok berpindah ke kategori sedang pada posttest (T2). Namun, pada tahap tindak lanjut (T3 dan T4), hanya kelompok MI yang menunjukkan pergeseran lebih lanjut ke kategori agresivitas rendah. Kelompok ART tetap berada pada kategori sedang, yang menunjukkan perbedaan pola perubahan agresivitas antar intervensi.

Analisis Inferensial

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data agresivitas pada seluruh tahap pengukuran terdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga memenuhi prasyarat analisis parametrik. Analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara agresivitas awal dan kecanduan *game online* ($r = 0,737$; $p = 0,006$), sehingga

variabel kecanduan *game online* digunakan sebagai kovariat.

Tabel 4. Korelasi T1 Agresivitas dan Adiksi *Game online*

		T1 Agresivitas	T1 Adiksi
T1 Agresivitas	Pearson Correlation	1	,737*
	P		,006
	N	12	12
	Pearson Correlation	,737*	1
	P	,006	
	N	12	12

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Analisis mixed ANCOVA repeated measures menunjukkan adanya pengaruh waktu yang signifikan terhadap penurunan agresivitas ($F = 276,081$; $p < 0,001$), perbedaan yang signifikan antar kelompok intervensi ($F = 64,610$; $p < 0,001$), serta interaksi yang signifikan antara waktu dan jenis intervensi ($F = 10,107$; $p = 0,002$). Analisis lanjut menunjukkan bahwa kelompok MI mengalami penurunan agresivitas yang signifikan pada seluruh tahap pengukuran, sedangkan pada kelompok ART penurunan agresivitas pada tahap lanjut cenderung tidak konsisten.

Tabel 5. Hasil Analisis Pengujian Hipotesis

Parameter	Kelompok				t	p
	ART		MI			
	Mean	SD	Mean	SD		
T1	98,17	5,67	94,33	3,14	-1,448	0,178
T2	73,83	3,19	62,67	1,97	-7,302	0,000
T3	68,83	4,71	53,0	3,85	-6,379	0,000
T4	67,0	5,09	47,60	4,59	-6,960	0,000
Between	F	64,610				
	P	0,000				
Within	F	276,081				
	P	0,000				
Interaksi	F	10,107				
	p	0,002				

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Motivational Interviewing* lebih efektif dibandingkan *Aggression Replacement Training* dalam menurunkan agresivitas siswa yang mengalami kecanduan *game online*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa baik *Motivational Interviewing* (MI) maupun *Aggression Replacement Training* (ART) terbukti efektif dalam menurunkan tingkat agresivitas siswa sekolah menengah atas yang mengalami kecanduan *game online*. Namun demikian, efektivitas kedua pendekatan tersebut menunjukkan perbedaan yang signifikan, di mana MI menghasilkan penurunan agresivitas yang lebih besar, konsisten, dan berkelanjutan dibandingkan ART. Temuan ini menegaskan bahwa jenis pendekatan konseling memiliki peran penting dalam menentukan kualitas dan stabilitas perubahan perilaku agresif pada remaja (Wiyono, 2025).

Penurunan agresivitas yang konsisten pada kelompok MI dari tahap pretest hingga tindak lanjut terakhir mengindikasikan bahwa MI tidak hanya efektif dalam jangka pendek, tetapi juga mampu mempertahankan dampak intervensi dalam periode waktu tertentu. Hal ini sejalan dengan prinsip dasar MI yang menekankan penguatan motivasi intrinsik, kesadaran diri, dan komitmen personal terhadap

perubahan perilaku. Dalam konteks kecanduan *game online*, agresivitas sering kali muncul sebagai respons terhadap frustrasi, gangguan regulasi emosi, dan konflik antara keinginan jangka pendek dan tujuan jangka panjang. MI memfasilitasi siswa untuk merefleksikan perilaku tersebut secara sadar, sehingga perubahan yang terjadi bersifat lebih internal dan berkelanjutan (Nuryono et al., 2023).

Sebaliknya, meskipun ART juga menunjukkan penurunan agresivitas yang signifikan pada tahap awal, efeknya cenderung kurang stabil pada fase tindak lanjut. Hal ini dapat dijelaskan oleh karakteristik ART yang lebih berfokus pada pelatihan keterampilan sosial, pengendalian amarah, dan restrukturisasi perilaku secara eksternal. Pendekatan ini relatif efektif dalam mengurangi perilaku agresif yang tampak, namun belum sepenuhnya menyentuh aspek motivasional dan konflik internal yang mendasari agresivitas akibat adiksi *game online*. Dengan demikian, perubahan perilaku yang dihasilkan ART berpotensi bersifat situasional dan kurang bertahan dalam jangka panjang (Parti, 2019; Rahmawati, 2023).

Temuan mengenai adanya hubungan yang signifikan antara agresivitas dan kecanduan *game online* memperkuat asumsi bahwa adiksi digital merupakan faktor penting yang memengaruhi perilaku agresif pada remaja (Mulyawan et al., 2023). Kecanduan *game online* dapat meningkatkan impulsivitas, menurunkan toleransi frustrasi, serta mengganggu regulasi emosi, yang pada akhirnya memicu agresivitas. Dengan mengendalikan variabel kecanduan *game online* sebagai kovariat dalam analisis, penelitian ini mampu menunjukkan bahwa penurunan agresivitas yang terjadi merupakan dampak langsung dari intervensi konseling, bukan semata-mata akibat variasi tingkat adiksi (Mahendra et al., 2024).

Dari perspektif bimbingan dan konseling di sekolah, hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis yang penting. Konseling MI dapat menjadi alternatif intervensi yang lebih humanistik dan adaptif dibandingkan pendekatan yang bersifat represif atau berbasis kontrol eksternal, seperti pembatasan penggunaan gawai atau pemberian sanksi disipliner. MI menempatkan siswa sebagai subjek aktif perubahan, sehingga sejalan dengan prinsip layanan BK yang berorientasi pada pengembangan potensi dan kemandirian peserta didik. Dalam konteks pendidikan abad ke-21, kemampuan regulasi diri, pengambilan keputusan, dan pengelolaan emosi menjadi kompetensi penting yang dapat difasilitasi melalui pendekatan MI (Mahendra, 2024).

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, terutama terkait ukuran sampel yang relatif kecil dan konteks penelitian yang terbatas pada satu sekolah. Oleh karena itu, generalisasi temuan perlu dilakukan secara hati-hati. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam serta menggunakan desain longitudinal dengan periode tindak lanjut yang lebih panjang. Secara keseluruhan, penelitian ini memperkuat bukti empiris bahwa *Motivational Interviewing* merupakan pendekatan konseling yang efektif dan relevan dalam mereduksi agresivitas siswa dengan kecanduan *game online*, khususnya dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di sekolah (Ainulhaq & Mahendra, 2024; Mahendra et al., 2023).

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *Motivational Interviewing* (MI) dan *Aggression Replacement Training* (ART) sama-sama efektif dalam menurunkan tingkat agresivitas siswa sekolah menengah atas yang mengalami kecanduan *game online*.

Namun demikian, *Motivational Interviewing* menunjukkan tingkat efektivitas yang lebih tinggi, ditandai dengan penurunan agresivitas yang lebih besar, konsisten, dan berkelanjutan hingga tahap tindak lanjut dibandingkan dengan *Aggression Replacement Training*. Hasil penelitian juga menegaskan adanya hubungan yang signifikan antara agresivitas dan kecanduan *game online*, sehingga faktor adiksi digital perlu dipertimbangkan secara serius dalam perancangan intervensi konseling. Dengan mengendalikan variabel kecanduan *game online* sebagai kovariat, penelitian ini memberikan bukti bahwa perubahan agresivitas yang terjadi merupakan dampak langsung dari intervensi konseling yang diberikan. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa *Motivational Interviewing* merupakan pendekatan konseling yang lebih efektif dan kontekstual dalam menangani agresivitas siswa yang berkaitan dengan kecanduan *game online*, serta relevan untuk dikembangkan dalam layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah.

REFERENSI

- Agustianti, R., Nussifera, L., Angelianawati, L., Meliana, I., Sidik, E. A., Nurlaila, Q., Simarmata, N., Himawan, I. S., Pawan, E., & Ikhrum, F. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Tohar Media.
- Agustin, V., Maharani, N. A., Dewi, N. S., Fairish, S. A., Ratnasari, D., & Nuryono, W. (2025). Konseling Motivational Interviewing Dalam Mengurangi Tingkat Adiksi Game Online Pada Mahasiswa. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 1–14.
- Ainulhaq, N., & Mahendra, Y. (2024). Keterampilan Generik Sains Siswa Melalui Penerapan Model Pembelajaran Cce (Cooperative Class Experiment) Tipe Group Investigation Pada Konsep Larutan Penyangga. *Eduproxima (Jurnal Ilmiah Pendidikan Ipa)*, 6(1), 202–210. DOI: <https://doi.org/10.29100/v6i1.4210>
- Astuti, B. (2025). *Manajemen Pemasaran Digital: Teknologi Digital Dan Inovasi Global*. Serasi Media Teknologi.
- Husniah, H., Irman, I., Yulitri, R., Leif, F., & Carol, T. (2023). The Effect Of Cbt Approach Group Counseling In Reduce Online Game Addiction. *International Journal Of Research In Counseling*, 2(1), 1–19. DOI: <https://doi.org/10.55849/ijrc.v2i1.41>
- Lestyningrum, I. K. M., Trisiana, A., Safitri, D. A., Pratama, A. Y., & Wahana, T. P. (2022). *Pendidikan Global Berbasis Teknologi Digital Di Era Milenial*. Unisri Press.
- Mahendra, Y. (2024). Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual Bagi Remaja Dilingkungan Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu Bait Et-Tauhdi Kota Serang. *Abdimas Siliwangi*, 7(3), 655–667.
- Mahendra, Y., Jundi, R., Wulandari, G., & Munawar, A. (2024). The Urgency Of Digital Literacy In Shaping Students' Civic Virtue: Challenges And Opportunities In The Technological Era. *Icocse Proceedings*, 1, 17–22.
- Mahendra, Y., Mulyawan, G., & Putri, V. K. (2023). Transformasi Pembelajaran Sosiologi: Peran Keterampilan 4c Di Abad Ke-21: Indonesia. *P2m Stkip Siliwangi*, 10(2), 120–131. DOI: <https://doi.org/10.22460/p2m.v10i2.4188>
- Mulyawan, G., Mahendra, Y., & Kurnaedi, N. (2023). Art Therapy Sebagai Coping Stress Pada Siswa Remaja. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(4), 575–579. DOI: <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2023.v8i4.575-579>

- Nainggolan, Y., Divia, D., Hutapea, D. L., Sirait, W. F., Sirait, M., & Sianturi, R. (2025). Anava Satu Jalur (One Way–Anova). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(1), 5670–5682.
- Nuryono, W., Christiana, E., & Purwoko, B. (2023). Teknik Motivational Interviewing Untuk Mengurangi Adiksi Game Online. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 6(1), 109–119. DOI: <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v6i1.1868>
- Parti, N. J. (2019). Efektifitas Konseling Motivational Interviewing Untuk Mereduksi Agresivitas Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 5(2), 110–115.
- Putra, R. D., Murtadho, M. A., Isnaini, M., & Afgani, M. W. (2025). Design Penelitian Kuantitatif: Pengertian Dan Macam-Macam Jenisnya. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 191–199. DOI: <https://doi.org/10.56832/edu.v5i3.1805>
- Rahmawati, N. A. (2023). Penerapan Konseling Individu Teknik Motivational Interviewing Untuk Mengurangi Adiksi Game Online Pada Peserta Didik Smp Di Surabaya. *Jurnal Bk Unesa*, 13(1).
- Rizqiyah, N., Jauhari, A. H., Fawaied, M., & Maudy, M. (2025). *Revolusi Digital Dalam Pendidikan: Peran Teknologi Dan Media Sosial Dalam Pembelajaran*. Penerbit Kbm Indonesia.
- Safitri, F., Ramlah, R., Sandy, W., & Siregar, A. C. (2025). *Literasi Digital Dalam Dunia Pendidikan*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Sevila, N., Ningsih, R. A., Huda, M. A. M., & Sy, A. M. M. E. (2025). Tren Konsumsi Digital Dikalangan Remaja. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(5), 9394–9399.
- Sukmana, O., Sulistyaningsih, T., Damanik, F. H. S., Wahyudi, F. D., Ras, A., Astari, F., Agustang, A. D. M. P., Tantri, E., Adnan, R. S., & Nur, M. (2025). *Sosiologi Digital: Transformasi Sosial Di Era Teknologi*. Star Digital Publishing,.
- Sunarti, T., & Awwaliya, M. (2025). Konseling Motivational Interviewing Sebagai Upaya Mereduksi Agresivitas Siswa Dengan Adiksi Game Online. *Konselindo: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 27–32.
- Suriadi, H., & Sriwahyuni, N. (2025). Problematika Karakter Generasi Muda Di Era Digital: Analisis Kritis Terhadap Tantangan Moral Dan Sosial Di Era Teknologi Informasi. *Journal Of Social, Educational And Religious Studies*, 1(2), 20–37.
- Wiyono, B. D. (2025). Pengembangan Panduan Motivational Interviewing Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik. *Jurnal Bk Unesa*, 15(1), 1–6.