

INTISARI

Latar belakang: Kecanduan bermain *game* merupakan keadaan dimana seorang pemain akan sangat sulit untuk lepas dari permainannya. Kecanduan *game online* ini lebih dikenal dengan istilah *Internet Gaming*. Prevalensi pada pada studi Asia menggunakan kategori lima kriteria 8,4% laki-laki dan 4,5% perempuan. Perilaku ini memberikan banyak dampak negatif bagi pelajar maupun mahasiswa. Salah satu terapi kecanduan games dalah CBT. Selain CBT, terapi yang dapat digunakan yaitu EFT yang memanfaatkan energi meridian tubuh, hampir sama dengan akupuntur. Dalam pengembangannya di Indonesia, EFT sedikit di modifikasi menjadi SEFT.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terapi SEFT bisa digunakan sebagai terapi penyembuhan untuk kecanduan *games*.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif, dengan metode *quasi experiment*. Rancangan penelitian dilakukan dengan *two group pre-post test design*.

Hasil: Pada hasil analisis dengan uji *saphiro wilk* diperoleh signifikasi $p=0.005$ (normal) untuk data *pretest* dan $p=0.003$ (tidak normal) untuk *posttest*. Sehingga uji selanjutnya menggunakan uji *Wilcoxon*. Pada analisis uji *Wilcoxon* diperoleh hasil kelompok perlakuan dengan $p=0.252$, dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0.009$.

Kesimpulan: Penderita kecanduan *online games* yang mendapat terapi SEFT mengalami penurunan tingkat kecanduan dibandingkan dengan yang tidak mendapat terapi SEFT.

Kata kunci: SEFT, Kecanduan, Game Online, Kecanduan Game

ABSTRACT

Background: *Game addiction is a situation when a player will be very difficult to escape from the game. This online game addiction is better known as Internet Gaming Disorder. Prevalence in adolescents in an Asian study using the five criteria categories was 8.4% for males and 4.5% for females. This behaviour has many negative impacts for students. One of the therapies is CBT. In addition to CBT, other therapy that can be used is EFT. EFT is a type of therapy that utilizes the body's meridian energy, almost the same as acupuncture, but using fingers instead of needles. In Indonesia, EFT is slightly modified into Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT).*

Objective: *This study aims to determine whether SEFT therapy can be used as a healing therapy for games addiction.*

Method: *The type of research used is quantitative, with quasi experiment method, using two groups of pretest-post test design.*

Result: *Normality test using saphiro wilk, the signification number $p=0.005$ (normal) for pretest and $p=0.003$ (abnormal) for post test. Correlation test using Wilcoxon test obtained was $p=0.252$ for intervention group and $p=0,009$ for control group.*

Conclusion: *Students suffering online games addiction who got SEFT therapy experiencing a decline of addiction level compared with those who did not.*

Keywords: *SEFT, addiction, online game, game addiction*