

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2016. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Akmal Hawi. 2013. *Guru Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Arikunto, Suharsimi. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto. 2006. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aqqila Smart. 2015. *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*. Yogyakarta: A'Plus Books.
- Bagus,P., Sungkowo, E. M. 2017. *Interaksi Sosial Anak Jalanan Dengan Teman Sebaya Di Yayasan Setara Kota Semarang. (Social Interaction With Street Children Peers In Yayasan Setara In Semarang)* <http://jurnal.untirta.ac.id> (diakses tanggal 8 januari 2022)
- Deysi Kumalasari. 2017. *Konsep Behavioural Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir*. Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwa Islam.
- Dahlia. 2015. *Game Online dan Interaksi Sosial Menyorot Intensitas Dan Kualitas Interaksi Sosial Gamer*. Jurnal. [www.media.neliti.com](http://www.media.neliti.com) (diakses tanggal 28 Desember 2021).
- Dica, Freprinca. 2017. *Hubungan Motivasi Bermain Online Pada Masa Dewasa Awal Terhadap Perilaku Kecanduan Game online defence of the ancients (dotA2)*, <http://psikologi.ui.ac.id> , (diakses 28 Desember 2021).
- Dinawati, Y. Syaodih, E & Rudiyanto. 2018. *Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Anak Melalui Metode Bermain Peran Makro*. <http://journal.upi.ac.id> (diakses tanggal 29 Desember 2020)
- Drajat Edy Kurniawan. 2017. *Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta*. <http://dx.doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1120>, (diakses 29 desember 2021)

- Efendi, A., Astuti, I. P., & Rahayu, N. T. (2017). *Analisis Pengaruh Penggunaan Media Baru Terhadap Pola Interaksi Sosial Anak di Kabupaten Sukoharjo*. *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 18, No. 2, Agustus 2017: 12-2412. Sukoharjo: Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo. Alamat <http://journals.ums.ac.id> (diakses pada 5 januari 2021).
- Fatnar, VN., Anam. C. 2014. *Kemampuan Interaksi Sosial Antara Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Dengan Yang Tinggal Bersama Keluarga*. <http://journal.uad.ac.id> (diakses tanggal 19 januari 2021)
- Fina, Hilmuniati. 2011. *Dampak Bermain Game online dalam Pengalaman Shalat Pada Anak di Kelurahan Pisangan Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan*. *Skripsi*. Jakarta: Program S1 UIN Syarif Hidayatullah.
- Gareld Corey. 2013. *Teori Dan praktek Konseling Dan Psikoterapi*, Bandung: PT Refika Aditama.
- Gerri F. Kapoh. 2015. *Perilaku Sosial Individu Pemain Game Online*. *Jurnal Holistic*.
- Gerungan, W.A. 2010. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Hanaco, Indah. 2012. *I Love Home schooling Segala Sesuatu Yang Harus Diketahui Tentang Home schooling*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hardiyansyah, Masya & Dian Adi Candra. 2016. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game online pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016*. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 03 No. 1.
- Henry, Samuel. 2010. *Cerdas Dengan Game*. Jakarta: PT Gramedia PustakaUtama.
- Irawan Suhartono. 2008. *Metodologi Penelitian Sosial*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Imansa, Iki. *Macam-macam Jenis Game Online*.<http://imansaiki.blogspot.co.id> diakses 29 januari 2020.
- Jaenne Ellis Ormrod. 2008. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa*

*Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta: Erlangga.

Juli Yanti Harahap. 2017. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Daerah Medan*. Jurnal Bimbingan Konseling.

Kartini Kartono. 2006. *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, Bandung: Maju Bandar.

Kasiram, Moh. 2010. *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*. Yogyakarta: Sukses Offset.

Ketut Sukardi, Nela Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT Renika Cipta.

Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan* . Bandung: Pustaka Setia.

Moleong, Lexy J. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Musfah , Jejen. 2017. *Manajemen Pendidikan, Teori, Kebijakan, dan Praktik, Cet II*. Jakarta; Kencana.

Miles & Huberman. 2007. *Analisis Data kualitatif (Buku Sumber tentang Metode- Metode Baru)*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.

Moleong, Lexy J. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Muhith, Abdul. 2018. *Aplikasi Komunikasi Terapeutik Nursing Health*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.

Munib, A., Budiyono, & Suryono, S. 2015. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Semarang: Unnes Press.

Novrialdy, E. 2019. Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahanny. <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi> (diakses pada 28 januari 2022).

Nugroho, A.T.S. 2013. *Definisi Game*. Tersedia. <http://chikhunguya.wordpress.com>, (diakses 02 januari 2022).

Nurlaela & Ibsik, S. 2014. Dampak Game Online Terhadap Moral Anak di Desa Malili Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur. *Jurnal*. <https://ojs.unm.ac.id/tomalebibi/article/view/3669> (diakses pada 28 januari 2022).

- Oktaviyanti,SS. 2013. Dampak Sosial Budaya Interaksi Wisatawan dengan Masyarakat Lokal di Kawasan Sosrowijaya. <http://journal.ugm.ac.id> (di akses tanggal 28 januari 2022).
- Pitaloka. 2013. *Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar (Studi Fenomenologi tentang Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar di Kelurahan Gemolong, Kabupaten Sragen tahun 2013. Jurnal Universitas Negeri Surakarta.* Tersedia di <https://jurnal.fkip.uns.ac.id/> (diakses 24 Desember 2021).
- Prasetyo, Y. Eosina, P & Fatimah, F. 2017. Pembagian Tingkat Kecanduan Game Online Menggunakan K-Means Clustering Serta Korelasinya Terhadap Prestasi Akademik. <http://journal.ub.ac.id> (diakses tanggal 24 Desember 2021).
- Rahmawati,V.E. Yani, D.P. 2014. *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Hasil Prestasi Belajar Mahasiswa Semester IV Program Studi Diploma III Kebidanan Unipdu Jombang.* <http://journal.eduhealt.ac.id> (diakses tanggal 29 januari 2022).
- Santosa, Slamet. 2004. *Dinamika Kelompok.* Jakarta: Bumi Aksara.
- Sanditaria, W. (2012). *Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia Game Online Jatinangor Sumedang. Students E-Journal, 1(1), 32.* Retrieved from <http://journal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/745>
- Setiawati, E., & Suparno. (2015). *Interaksi Sosial Teman Sebaya pada Anak Homeshooling dan Anak Sekolah Reguler (Study Deskriptif Komparatif).* *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi.* <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/1609> (diakses pada 28 Desember 2021).
- Soekanto, Soerjono. 2004. *Sosiologi Keluarga.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Soekanto, Soerjono. 2012. *Sosiologi Suatu Pengantar.* Jakarta: PT Gravindo Persada.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods).* Bandung:Alfabeta.
- Sugiyono. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif.* Bandung: Alfabeta
- Suplig, M. A. 2017. Pengaruh Kecanduan Game Online SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta di Makasar.

- Jurnal Jaffray*. 15(2). <https://ojs.sttjaffray.ac.id> (diakses pada 24 Desember 2021).
- Syahrani, R. (2015). Ketergantungan Online Game dan Penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. 1(1): 84-92. Tersedia di <http://jom.unri.ac.id> (diakses pada 28 januari 2021).
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. <http://www.komisiinformasi.go.id>. (diakses tanggal 7 januari 2021).
- Wiguna, G. Y., & Herdiyanto Y. K. (2018). *Coping pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online*. *Jurnal Psikologi Udayana*. 5(2): 450-459. Tersedia di <https://unud.ac.id> (diakses 25 Desember 2021).
- Yohanes, Rikky D.S., & Jusuf Tjahjo Purnomo. 2017. *Hubungan Kecanduan Game online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja*. *Pax Humara: Jurnal Humaniora Yayasan Bina Darma*, Vol. IV, No. 1.

# **LAMPIRAN - LAMPIRAN**

## Lampiran 1 Wawancara

### Wawancara Guru Wali Kelas

Nama Guru : Musripah, S.Pd  
Tempat wawancara : Ruang Guru  
Hari/Tanggal Wawancara : Selasa, 11 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Guru Wali Kelas**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apa saja permasalahan yang bu Musripah temui dikelas ini?	Permasalahan yang sering terjadi yaitu masalah kurang disiplinnya siswa (seperti: berpakaian tidak lengkap, lupa memakai dasi bagi laki-laki) dan kebanyakan siswa di kelas ini juga belajar melihat mood/perasaan mereka, jika ingin belajar mereka akan benar-benar serius dalam mengikuti pembelajaran dan sebaliknya pula jika mereka tidak mood untuk belajar maka mereka akan ribut dikelas, sering terlambat, tidak mengerjakan PR.
2	Adakah peserta didik dikelas ini yang memiliki permasalahan mengenai kecanduan game online bu?	Untuk masalah kecanduan game online, dikelas ini ada, bahkan mereka tidak mengerjakan PR, sering terlambat, mudah emosi dan berkata kotor itu di akibatkan karena sudah kecanduan game online sehingga banyak waktu yang terbunag sia-sia.
3	Apakah ada peserta didik di kelas ibu yang ketahuan sering memainkan game online?	iya sering, saat kegiatan belajar mengajar sering kali kedatangan siswa main game online terutama di kelas saya.
4	Bagaimanakah cara bu Musripah mengatasi permasalahan kecanduan game online tersebut?	Cara mengatasinya permasalahan tersebut yang pertama pasti dengan sistem teguran dan jika sudah tegur tidak dihiraukan oleh siswa maka dia akan mendapat hukuman.
5	Apakah bu Musripah pernah melakukan koordinasi mengenai permasalahan di kelas ini dengan guru lain?	Dalam hal koordinasi dengan guru yang lain pernah dan bahkan sering, karena seluruh guru di sekolah ini memang harus saling berkoordinasi/bekerja sama dan pasti melibatkan dengan guru BK.

### Wawancara Siswa

Nama siswa : DT  
Kelas : X TKJ I  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas DT ketahui mengenai bimbingan konseling?	Menyelesaikan suatu masalah dan menghukum siswa yang berbuat salah
2	Tahukah mas DT yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Bermain game online sampai lupa waktu sehingga banyak waktu yang terbuang sisa-sia
3	Bagaimana cara mas DT mengendalikan perilaku agar terhindar dari kecanduan game online?	mampu mengendalikan diri dan mulai membatasi waktu dengan membuat jadwal belajar yang jelas
4	Bagaimana cara mas DT mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Dapat memahaminya dengan baik agar dapat diketahui kejelasannya
5	Bagaimana cara mas DT manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Membuat daftar kegiatan dan lebih bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain
6	Bagaimana cara mas DT mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Caranya dengan lebih bertanggung jawab terhadap diri sendiri, mampu mengendalikan ajakan teman dan lebih tekun belajar



### Wawancara Siswa

Nama siswa : DI  
Kelas : X TKJ I  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas DI ketahui mengenai bimbingan konseling?	Memecahkan masalah bagi siswa yang terlibat dalam masalah
2	Tahukah mas DI yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Perilaku sering main game dan menghabiskan atau membuang-buang waktu
3	Bagaimana cara mas DI mengendalikan perilaku agar terhindar dari kecanduan game online?	Lebih banyak menghabiskan waktu luang bersama keluarga dan teman untuk belajar
4	Bagaimana cara mas DI mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Mencari informasi yang lebih jelas terlebih dahulu
5	Bagaimana cara mas DI manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Membuat jadwal belajar
6	Bagaimana cara mas DI mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Mengatur diri sendiri dan waktu untuk dimanfaatkan ke hal-hal yang lebih positif

### Wawancara Siswa

Nama siswa : DK  
Kelas : X TKJ I  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas DK ketahui mengenai bimbingan konseling?	Bimbingan konseling adalah yang sering menasehati siswa yang tidak disiplin
2	Tahukah mas DK yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Perilaku yang banyak membuang-buang waktu dan membuat stress
3	Bagaimana cara mas DK mengendalikan perilaku agar bisa terhindar dari kecanduan game online?	Berusaha mengendalikan diri dan mulai membatasi waktu dengan membuat jadwal belajar yang jelas
4	Bagaimana cara mas DK mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Sebaiknya kita lebih mendalami dan memahami masalah bahaya bermain game secara berlebihan
5	Bagaimana cara mas DK manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Membuat daftar kegiatan dan lebih bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain
6	Bagaimana cara mas DK mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Memanfaatkan waktu sebaik mungkin dan melakukan kegiatan yang bermanfaat

### Wawancara Siswa

Nama siswa : AP  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas AP ketahui mengenai bimbingan konseling?	Bimbingan konseling adalah yang suka membantu siswa ketika kesusahan dalam suatu masalah
2	Tahukah mas AP yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Aktivitas yang menguras emosi dan banyak membuang-buang waktu dan perbuatan yang tidak baik, terasing dari teman-teman sekitar
3	Bagaimana cara mas AP mengendalikan perilaku agar bisa terhindar dari kecanduan game online?	Menghargai waktu luang untuk beristirahat dan melakukan hal-hal yang lebih positif
4	Bagaimana cara mas AP mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Sebaiknya memahami informasi terlebih dahulu sampai kita bisa memahami apa yang disampaikan agar tidak terjadi kesalahpahaman dan harus dipertanyakan lagi kejelasan informasinya
5	Bagaimana cara mas AP manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Sebaiknya kita memilih yang lebih penting diselesaikan. Seperti tindakan, tindakan tersebut dapat diselesaikan dan dapat sesuatu yang kamu inginkan
6	Bagaimana cara mas AP mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Menganti aktivitas bermain game dengan melakukan hal-hal yang lebih positif seperti berolah raga

### Wawancara Siswa

Nama siswa : AZ  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas AZ ketahui mengenai bimbingan konseling?	Bimbingan konseling ialah membimbing siswa yang terlibat dalam masalah atau mengarahkan siswa agar menjadi lebih baik lagi
2	Tahukah mas AZ yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Aktivitas yang menyenangkan namun membuang-buang waktu
3	Bagaimana cara mas AZ mengendalikan perilaku agar bisa terhindar dari kecanduan game online?	Banyak menghabiskan waktu dengan keluarga, menghindari penggunaan handphone yang berlebihan dan berperilaku baik dengan orang sekitar, sopan dengan orang yang lebih tua/teman
4	Bagaimana cara mas AZ mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Menanyakan sekali lagi kepada orang yang memberi informasi agar jelas informasinya.
5	Bagaimana cara mas AZ manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Membuat jadwal belajar dan lebih sering berkumpul dengan keluarga
6	Bagaimana cara mas AZ mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Memanfaatkan waktu senggang untuk melakukan hal-hal yang lebih positif dan menghindari penggunaan handphone yang berlebihan. Kita juga harus menahan diri agar lebih peka terhadap lingkungan sekitar dan bertanggung jawab terhadap tugas yang dikerjakan

**Wawancara Siswa**

Nama siswa : MO  
 Kelas : X TKJ 1  
 Tempat wawancara : Ruang BK  
 Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
 Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mbak MO ketahui mengenai bimbingan konseling?	Membantu menyelesaikan masalah siswa oleh guru BK
2	Tahukah mbak MO yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Perbuatan yang tidak baik dan terasing dari teman-teman sekitar
3	Bagaimana cara mbak MO mengendalikan perilaku agar bisa terhindar dari kecanduan game online?	Menghargai waktu luang untuk beristirahat dan melakukan hal-hal yang lebih positif
4	Bagaimana cara mbak MO mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Bertanya kepada orang lain atau melihat informasi yang lebih jelasnya lagi kita lebih mendalami dan memahami masalah bahaya bermain game secara berlebihan
5	Bagaimana cara mbak MO manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Sebaiknya kita memilih yang lebih penting diselesaikan. Seperti tindakan, tindakan tersebut dapat diselesaikan dan dapat sesuatu yang kamu inginkan
6	Bagaimana cara mbak MO mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Memanfaatkan waktu senggang untuk melakukan hal-hal yang lebih positif dan menghindari penggunaan handphone yang berlebihan

### Wawancara Siswa

Nama siswa : AB  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas AB ketahui mengenai bimbingan konseling?	Bimbingan konseling merupakan proses dimana melibatkan siswa dan guru BK dalam membantu masalah siswa yang dialami
2	Tahukah mas AB yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Game online sebuah permainan yang sering di lakukan dan di mainkan terus menerus
3	Bagaimana cara mas AB mengendalikan perilaku agar bisa terhindar dari kecanduan game online?	Mampu mengatur waktu dan memprioritaskan pekerjaan yang terpenting dahulu, jika ingin bermain game mainlah sekedarnya saja serta dengan cara tidak mendownload aplikasi game apabila sudah memiliki segera di delete
4	Bagaimana cara mas AB mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Mencari lebih detail terkait informasi dan menanyakan kepada orang lain yang lebih paham
5	Bagaimana cara mas AB manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Buat jadwal belajar tiap hari minimal 1 jam dan mengatur kapan waktunya bermain game, Membuat jadwal belajar dan belajar lebih giat lagi agar kelak berguna bagi orang lain terutama keluarga saya
6	Bagaimana cara mas AB mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Selalu mengucap istigfar, melakukan hal-hal positif seperti melakukan aktivitas di luar ruangan berolahraga

**Wawancara Siswa**

Nama siswa : VA  
 Kelas : X TKJ 1  
 Tempat wawancara : Ruang BK  
 Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
 Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah yang mas VA ketahui mengenai bimbingan konseling?	Menyelesaikan permasalahan pribadi terkait belajar dan karir
2	Tahukah mas VA yang dimaksud dengan kecanduan game online?	Permainan seru yang sering dimainkan secara terus menerus tanpa ingat waktu
3	Bagaimana cara mas VA mengendalikan perilaku agar bisa terhindar dari kecanduan game online?	Caranya dengan menghapus game online dan menghiraukan ajakan teman
4	Bagaimana cara mas VA mengolah informasi yang belum tahu kejelasannya?	Jangan langsung percaya apabila ada informasi yang belum ada kejelasannya, mencari tahu terlebih dahulu
5	Bagaimana cara mas VA manajemen waktu belajar dan bermain game online?	Mendahulukan yang penting dulu terkait belajar, sesudahnya baru bermain game online
6	Bagaimana cara mas VA mengendalikan diri dan emosi agar tetap berperilaku positif?	Menenangkan diri sendiri dengan cara tarik nafas untuk mengatur pernafasan agar bisa tenang dan Menenangkan diri sendiri dengan cara tarik nafas untuk mengatur pernafasan agar bisa tenang

## Lampiran 2 RPL

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN KONSELING KELOMPOK

#### 1. Identitas

Satuan Pendidikan : SMK Muhammadiyah Karanganyar  
Tahun Ajaran : 2021/2022  
Kelas : X TKJ 1  
Pelaksana dan pihak terkait : Pangestuti Kurniasih

#### 2. Waktu

Hari/Tanggal : Selasa, 18 januari 2022  
Jam Pelayanan : Sesuai kesepakatan  
Volume/alokasi waktu : 1 x 45 Menit  
Tempat : Ruang kelas X TKJ 1

#### 3. Bidang bimbingan dan konseling : Pribadi, Sosial dan Belajar

#### 4. Materi Pelayanan

Tema : Kecanduan *Game Online*  
Sub Tema/Materi Pelayanan :  
1. Pengertian *game online*  
2. Faktor penyebab kecanduan *game online*  
3. Dampak *game online*  
4. Cara mengatasi kecanduan *game online*

#### 5. Tujuan layanan

Umum : Peserta didik memiliki pemahaman bahaya  
Khusus (Indikator) :  
1. Peserta didik mampu menjelaskan mengenai pengertian *game online* dengan diskusi kelas  
2. Peserta didik mampu menyebutkan minimal tiga dampak negatif kecanduan *game online*  
3. Peserta didik mampu menyebutkan minimal tiga faktor penyebab kecanduan *game online*  
4. Setelah diskusi peserta didik mampu mengemukakan minimal tiga cara mencegah



**6. Fungsi Layanan** : kecanduan *game online*.  
: Fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan dan, pemeliharaan

**7. Metode dan Teknik**  
 Jenis layanan : Format Kelompok  
 Kegiatan pendukung : Observasi, Tampilan Kepustakaan  
 Metode : Ceramah, tanya jawab, diskusi, simulasi, dan resitasi.  
 Pendekatan : *Cognitive Behavior Therapy*

**8. Sarana**  
 Media : Power point  
 Instrumen : Panduan/handout kegiatan  
 Sumber : Bahan Bacaan  
 Pendekatan : *Cognitive Behavior Therapy*

**9. Sasaran penilaian** : Peserta didik Kelas X TKJ 1

**10. Langkah Kegiatan (Bimbingan/Konseling Klasikal)**

No	Tahap	Kegiatan	Waktu
	Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berdoa</li> <li>• Menyapa dan menyatakan kesediaan peserta didik untuk belajar</li> <li>• Absen dengan menanyakan kepada ketua kelas mengenai kehadiran peserta didik</li> <li>• Menanyakan dan mengecek tugas peserta didik minggu lalu mengenai kecanduan <i>game online</i> dengan bijak dikalangan remaja</li> <li>• Menjelaskan tujuan pembelajaran sesuai indikator</li> </ul>	3 menit
	Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru BK menjelaskan tentang kegiatan belajar</li> <li>• Guru BK membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok</li> <li>• Guru BK menginstruksikan peserta didik untuk memilih ketua, sekretaris dan reporter kelompok</li> <li>• Guru BK menampilkan sebuah kasus tentang dampak kecanduan <i>game online</i>.</li> <li>• Guru BK memberi kesempatan pada peserta didik yang ingin bertanya hal-hal yang belum dipahami</li> <li>• Guru BK mengintruksikan peserta didik untuk melakukan analisis tentang kasus yang telah disebutkan tadi</li> <li>• Guru BK membimbing peserta didik/kelompok saat berdiskusi dalam mengaitkan teori yang dipelajari dengan kenyataan dilapangan yang ada</li> <li>• Guru BK meminta peserta didik mendiskusikan di</li> </ul>	40 menit

		<p>dalam kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru BK meminta setiap kelompok mempersentasikan hasilpenemuan yang telah di diskusikan</li> <li>• Guru BK memberikan kesempatan peserta didik yang ingin merespon</li> <li>• Guru BK meminta peserta didik menyimpulkan hasil diskusi dan tanya jawab (ber BMB3)</li> <li>• Guru BK memberikan lembaran evaluasi pada masing-masing peserta didik</li> </ul>	
	Penutup	<p>Kesimpulan :</p> <p>Peserta didik mampu menyimpulkan bahwa dampak dari kecanduan <i>game online</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Refleksi (Peserta Ddidk) : <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Berpikir : Peserta didik berfikir tentang materi layanan bermain <i>game online</i> dengan bijak yang diberikan oleh guru BK</li> <li>b. Merasa : Bagaimana perasaan peserta didik setelah mendapatkan materi layanan mencegah kecanduan <i>game online</i> yang diberikan oleh guru BK</li> <li>c. Bersikap : Bagaimana peserta didik menyikapi setelah mendapatkan materilayanan mencegah kecanduan <i>game</i> yang diberikan oleh guru BK</li> <li>d. Berbuat/Bertindak : Bagaimana peserta didik bertindak setelah mendapatkan materi layanan mencegah kecanduan <i>game</i> yang diberikanoleh guru BK</li> <li>e. Bertanggung jawab : Bagaimana peserta didik bertanggung jawab setelah mendapatkan materi layanan penggunaan smartphone dengan bijak yang diberikan oleh guru BK</li> </ul> </li> <li>• Memberi reward (per kelompok atau individu kepada peserta didik yang aktif)</li> </ul>	2 menit

## 11. Rencana Penilaian

Penilaian proses/Penugasan : Peserta didik aktif mendiskusikan dalam proses layanan membahas materi kecanduan game online yang diberikan oleh guru BK/Konselor

Penilaian hasil : (Terlampir)

- 1) Laiseg : Penilaian menggunakan BMB3
- 2) Laijapen : Peserta didik dapat mencegah kecanduan *game online*
- 3) Laijapang : Peserta didik mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

## 12. Catatan Khusus

Pekalongan, 16 Januari 2022

Peneliti,

Pangestuti Kurniasih

## Lampiran 3 Materi

### MATERI GAME ONLINE

#### 1. PENGERTIAN

Game online adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Jaringan yang biasanya digunakan adalah jaringan internet dan yang sejenisnya serta selalu menggunakan teknologi yang ada saat ini, seperti modem dan koneksi kabel. Biasanya permainan daring disediakan sebagai tambahan layanan dari perusahaan penyedia jasa online, atau dapat diakses langsung melalui sistem yang disediakan dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut. Sebuah game online bisa dimainkan secara bersamaan dengan menggunakan computer yang terhubung ke dalam sebuah jaringan tertentu.

#### 2. DAMPAK

##### a. Positif :

1. Membuat orang pintar. Penelitian di Manchester University dan Central Lancashire University membuktikan bahwa gamer yang bermain 18 jam per minggu memiliki koordinasi yang baik antara tangan dan mata setara kemampuan atlet.
2. Meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris. Riset di Indonesia membuktikan bahwa pria yang mahir berbahasa Inggris di sekolah atau universitas tanpa kursus adalah mereka yang bermain game.
3. Menghilangkan stres. Bermain game dapat mengendurkan ketegangan syaraf.

##### b. Negatif:

1. Menimbulkan efek ketagihan
2. Membuat orang terisolir dari kehidupan disekitarnya
3. Membuat orang menjadi malas
4. Mengganggu kesehatan
5. Menimbulkan masalah psikologis apabila terlalu dipikirkan
6. Mengganggu kehidupan di dunia nyata
7. Pemborosan apabila kecanduan game online

#### 3. FAKTOR PENYEBAB

##### 1. Seperti Punya Dunia Sendiri

Mau seperti apapun jenis gamenya, baik genre fantasy, horror, action, comedy, atau petualangan semuanya sama saja, yaitu memberikan efek kesenangan bagi anak-anak. Anak-anak merasa bebas mau ngapain saja

dalam dunia game. Mereka seakan-akan punya dunia sendiri yang tidak ada batasan. Jauh dari yang namanya belajar, orang tua maupun segala rutinitas lainnya. Sehingga karena rasa bebas inilah yang menyebabkan mereka sangat betah bermain game.

## 2. Mudah di Akses

Walaupun dibebberapa game menyuguhkan permainan yang sulit dan lumayan ribet, tetapi hal ini tetap saja bagi mereka sebuah kesenangan tersendiri. Apalagi sekarang, telah bermunculan jutaan game yang mudah di akses. Baik dari gadget pribadi mereka hingga di tempat-tempat game centre yan lepas dari pengawasan orangtua. Karena kemudahan inilah, mereka akan sangat cepat beradaptasinya dengan game-game ini sehingga menyebabkan kecanduan.

## 3. Fasilitas Maksimal

Ini juga menjadi penyebab yang sering menimpa anak-anak dan kecanduan bermain. Fasilitas maksimal seperti televisi, konsol game dan yang lainnya adalah penyebabnya. Awalnya yang disediakan orangtua untuk menyenangkan hati anak bisa berujung terhadap malapetaka anak kecanduan game. Maka dari itulah, fasilitas untuk menunjang anak sah-sah saja, namun harus ada kesepakatan antara orangtua dan anak. Buatlah kesepakatan tentang penggunaan fasilitas tersebut. Jadi anak akan tahu kapan harus berhenti menggunakan fasilitas tersebut.

## 4. CIRI-CIRI

### a. Gelisah

Kamu cenderung merasa gelisah kalau berhenti main dalam waktu yang cukup lama. Merasa ingin bermain lagi dan lagi

### b. Emosional

Seseorang yang telah kecanduan bermain game online akan memiliki emosi yang tidak stabil dan cenderung sering marah-marah

### c. Nafsu makan menurun

Hal ini terjadi karena dengan terus menerus bermain game kita akan lupa waktu dan lupa untuk makan

### d. Kurang teman

Terlalu asik dengan bermain game dapat menyebabkan seseorang tidak mempunyai banyak teman dan kurang bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya

### e. Mudah sakit

Orang yang kecanduan game akan mudah terkena penyakit seperti sakit mata dan kram tangan karena terlalu sering memegang hp ataupun laptop

## 5. CARA MENGATASI

### a. Berilah Perhatian yang Lebih Pada Anak

Kecanduan game online pada anak bisa saja terjadi karena kurangnya perhatian orang tua kepada anak, mereka kemudian mencoba mencari perhatian tersebut dari hal lain, salah satunya adalah dengan bermain game online. Nah jika Anda ingin menghilangkan kecanduan game online pada anak maka yang harus dilakukan adalah dengan memberikan perhatian yang lebih kepada mereka.

b. Alihkan Perhatian Anak ke Aktifitas Lainnya

Cara selanjutnya yang bisa Anda lakukan dalam mengatasi kecanduan game online pada anak adalah dengan mengalihkan perhatian mereka ke aktifitas lain yang lebih bermanfaat. Anda bisa mengikutkan anak ke program les, ekstrakurikuler sekolah dan pengembangan bakat yang tentu saja akan memberikan dampak yang lebih baik daripada bermain game online.

c. Jadilah Teladan yang Baik

Kebanyakan anak menjadi kecanduan game online karena kebanyakan waktu luang dan tidak dapat memanfaatkannya dengan baik. Anda sebagai orang tua harus mampu menjadi teladan contoh yang baik bagi anak, misalnya berilah teladan bagaimana menghabiskan waktu luang seperti jalan-jalan, membersihkan rumah, membaca, dan yang lainnya.

d. Ajak Anak Berlibur Tamasya Sekeluarga

Jangan terlalu menyibukkan diri terhadap pekerjaan yang Anda lakukan, tetapi Anda juga harus bisa memperhatikan orang lain terutama pada anak. Ajak anak berlibur tamasya bersama sekeluarga, bisa pergi ke pantai, taman, atau tempat wisata lainnya. Dengan melakukan hal tersebut Anda sudah menjauhkan anak dari game online dan juga mengenalkan anak pada dunia luar.

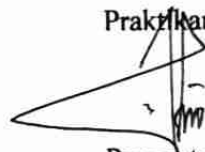
Lampiran 4 Daftar Hadir

DAFTAR HADIR  
KONSELING KELOMPOK

Hari/Tanggal : 24 Januari 2022  
Pertemuan Ke- : 1

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	TANDA TANGAN	
1	DT	L	1. Dm	
2	DI	L		2. Dm
3	DK	L	3. Kurniasih	
4	AP	L		4. Dm
5	AZ	L	5. Anugrah	
6	MO	P		6. Muzni
7	AB	L	7. Buel	
8	VA	L		8. Dm

Praktikan



Pangestuti Kurniasih

**DAFTAR HADIR  
KONSELING KELOMPOK**

Hari/Tanggal : 17 Februari 2022  
Pertemuan Ke- : 2

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	TANDA TANGAN	
1	DT	L	1. Dm	
2	DI	L		2. Jhu
3	DK	L	3. Kurniasih	
4	AP	L		4. Alau
5	AZ	L	5. Anyael	
6	MO	P		6. Myonin
7	AB	L	7. Blad	
8	VA	L		8. Jhu

Praktikan



Pangestuti Kurniasih



### Lampiran 5 Penilaian Proses

Beri tanda centang (√) pada kolom yang sesuai dengan cara mengamati tingkah laku peserta didik selama kegiatan layanan diberikan.

- Antusiasme peserta didik selama kegiatan berlangsung  
Ket : skor 3 = memperhatikan  
skor 2 = kurang memperhatikan  
skor 1 = tidak memperhatikan
- Cara siswa menyampaikan pendapat  
Ket : skor 3 = sesuai topik  
skor 2 = kurang sesuai dengan topik  
skor 1 = tidak sesuai topik
- Keaktifan peserta didik selama mengikuti kegiatan  
Ket : skor 3 = bersemangat  
skor 2 = kurang semangat  
skor 1 = tidak semangat

No	Nama	Antusiasme			Berpendapat			Keaktifan			Jumlah
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.	DT		√			√			√		6
2.	DI		√		√				√		5
3.	DK		√			√			√		6
4.	AP			√		√			√		7
5.	AZ		√		√				√		5
6.	MO		√			√				√	7
7.	AB	√				√			√		5
8.	VA		√			√				√	7

Selesai mengamati jumlahkan tanda centang yang telah diberikan dan klasifikasikan jumlah tersebut kedalam penilaian sebagai berikut:

#### Kriteria Hasil

- 7 – 9 : Baik  
4 – 6 : Kurang Baik  
0 – 3 : Tidak Baik

### Lampiran 6 Penilaian Hasil

Nama siswa : DT  
 Kelas : X Tata Boga  
 Topik : Pelaksanaan konseling behaviour

Beri tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan apa yang didapatkan setelah kegiatan layanan diberikan. Klasifikasikan skor sebagai berikut:

Keterangan : 1 = Tidak Setuju  
 2 = Kurang Setuju  
 3 = Setuju

No	Aspek/Pernyataan	Skor		
		1	2	3
<b>A Pemahaman Baru</b>				
1	Melalui layanan ini saya mampu membentuk pendapat sesuai dengan pemikiran saya			✓
2	Melalui layanan ini saya mampu menjelaskan kembali topik yang sudah dibahas			✓
3	Melalui layanan ini saya mampu mendiskusikan topik sampai tuntas dan menyimpulkannya			✓
<b>B Perasaan Positif</b>				
4	Setelah mengikuti layanan ini saya merasa senang, karena dilakukan dengan cara yang menyenangkan			✓
5	Saya senang mengikuti layanan ini karena saya merasa dihargai dalam kegiatan ini			✓
6	Saya senang mengikuti layanan ini karena merasa materi yang disampaikan sangat bermanfaat bagi kehidupan sekarang dan yang akan datang			✓
<b>C Rencana Tindakan</b>				
7	Setelah mengikuti layanan ini, saya mampu melakukan yang terbaik untuk diri saya			✓
8	Setelah mengikuti layanan ini, saya mampu mengemukakan pendapat saya			✓
9	Setelah mengikuti layanan ini, saya mengetahui pentingnya belajar bersama			✓
<b>Jumlah Skor</b>		27		
<b>Kriteria Hasil</b>		Sangat baik		

Selesai mengerjakan jumlahkan skor yang telah diberikan dan klasifikasikan jumlah tersebut kedalam penilaian sebagai berikut:

Kriteria Hasil

21 – 27 : Sangat Baik

7 – 13 : Kurang Baik

14 – 20 : Baik

0 – 6 : Tidak Baik

## Lampiran 7 Rekaman Konseling

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Doni Tata  
Kelas : X TKJ I  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

#### Latar Belakang :

Konseli mengalami kesulitan pada pelajaran matematika dan bahasa Inggris, serta penjelasan yang membosankan dari guru mapel, sehingga mendorong konseli untuk lebih memilih bermain game online.

#### Masalah :

- \* Guru mapel saat mengajar membosankan sehingga konseli lebih nyaman bermain handphone.
- \* Setiap kali konseli badmood game online dijadikan pelarian.
- \* konseli kurang berkonsentrasi saat mengikuti pelajaran.

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Diaz Iman  
Kelas : X TKJ I  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

#### Latar Belakang :

Setiap kali ada masalah yang datang, konseli memilih memainkan game online. Konseli menceritakan ketika di rumah suasana kurang menyenangkan karena adanya perlakuan yang berbeda antara konseli dengan adik laki-lakinya. Orang tuanya lebih mendahulukan kebutuhan adiknya daripada konseli, sering menyalahkan konseli, yang menimbulkan mood negatif yang membuat konseli mengalahkannya dengan Masalah: bermain game online.

- \* Menghabiskan banyak waktu untuk bermain game online.
- \* Menarik diri dari keluarga.
- \* Lebih suka menyendiri ketika di rumah.

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Dicky Kurniawan  
Kelas : X TKJ I  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

Latar Belakang :

Kurang terbuka dengan orang lain, sehingga memilih game online sebagai alternatif untuk melenakan diri dari masalah yang dihadapi.

Masalah :

- \* Konseli tidak mempunyai teman akrab ketika di kelas.
- \* Konseli juga mempunyai sifat mudah tersinggung.
- \* Lebih memilih menyendiri dan bermain game online

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Andika Pratama  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Kamis, 13 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

#### Latar Belakang :

Munculnya bad mood yang dirasakan oleh konseli baik saat di rumah atau disekolah. Ditambah dengan perlakuan ayahnya yang sering membanding-bandingkan konseli dengan kakak perempuannya sehingga membuat konseli kurang nyaman dan memilih bermain game online.

Masalah :

- \* Sering mengunci diri di kamar dan lebih memilih bermain game online dari pada mendengarkan perkataan orang tuanya.

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Anugrah Zul  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

Latar Belakang :

Ketidakeampuan untuk mengatur waktu luang yang dimiliki konseli merasa tidak mempunyai bakat khusus yang bisa digunakan untuk mengisi waktu luang.

Masalah :

\* Merasa tidak ada hal yang menarik untuk mengisi waktu luang sehingga konseli memanfaatkan untuk bermain game online.

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Monicha  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

Latar Belakang :

Konseli mempunyai teman sekelas yang selalu memberikan informasi setiap kali ada game online terbaru sehingga konseli timbul rasa penasaran dan selalu mencoba game online terbaru tersebut.

Masalah :

\* Lingkungan yang kurang terkontrol, sehingga mendukung konseli untuk selalu bermain game online.



### Rekaman Konseling

Nama siswa : Vivan Almas  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

Latar Belakang :

Konseli sering merasa bosan dan jenuh dikarenakan konseli sering sendirian saat di rumah, yang akhirnya membuat konseli bermain game online untuk menghilangkan kebosanan.

Masalah :

Permasalahan yang dihadapi konseli adalah tidak adanya teman yang bisa diajak bermain di rumah. Hal itu yang mendorong konseli untuk mulai bermain game online.

### Rekaman Konseling

Nama siswa : Alfian Bahtiar  
Kelas : X TKJ 1  
Tempat wawancara : Ruang BK  
Hari/Tanggal Wawancara : Sabtu, 15 Januari 2022  
Topik wawancara : Pelaksanaan Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self Control* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik

Latar Belakang :

Konseli sudah bermain game sejak sekolah dasar dan masih berlanjut sampai sekarang. Dia menyadari bahwa dirinya sudah sangat kecanduan dengan game online akan tetapi malas untuk merubah kebiasaannya tersebut.

Masalah :

- \* Konseli merasa nyaman saat bermain game. ~~Dikarenakan~~ rasa nyaman tersebut konseli sering lupa waktu yang mengakibatkan konseli menjadi malas untuk belajar.
- \* Sering juga konsentrasinya terganggu saat pelajaran karena memikirkan game.
- \* Merasa bahwa tidak ada hal yang lebih mengasikan yang dapat menggantikan ~~aktivitas~~ aktivitas bermain game online.

## Lampiran 8 Skala Instrumen

### SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

#### Petunjuk pengisian!

1. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
2. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
5. Cara menyatakan dengan memberi tanda cek (  $\checkmark$  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		$\checkmark$		

6. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
7. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.

Nama : Doni tate

Umur : 16

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.			✓	
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketika saya bermain <i>game online</i> .			✓	
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .		✓		
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.		✓		
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.			✓	
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .		✓		
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.		✓		
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .		✓		

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.		-	✓	
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .		✓		
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .		✓		
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .		✓		
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .			✓	
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.		✓		
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.		✓		
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktu bermainnya sudah 2 jam)			✓	
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>			✓	

Nama : Das Iman  
 Umur : 16

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .			✓	
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓	✓	
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.		✓		
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketikasaya bermain <i>game online</i> .		✓		
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .			✓	
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.		✓		
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .		✓		

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.		✓		
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .			✓	
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .			✓	
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .			✓	
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .		✓		
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.			✓	
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .		✓		
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.			✓	
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktu bermainnya sudah 2 jam)		✓		
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>		✓		

## SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

### Petunjuk pengisian!

1. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
2. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
5. Cara menyatakan dengan memberi tanda chek (  $\checkmark$  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		$\checkmark$		

6. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
7. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.



Nama : *Diary Kurnawan*  
 Umur : *16*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.		✓		
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketikasaya bermain <i>game online</i> .		✓		
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .		✓		
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.		✓		
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.			✓	
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .		✓		
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .		✓		
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .		✓		
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .			✓	
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.		✓		
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.		✓		
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktu bermainnya sudah 2 jam)		✓		
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>			✓	

## SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

### Petunjuk pengisian!

1. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
2. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
5. Cara menyatakan dengan memberi tanda cek (  $\checkmark$  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		$\checkmark$		

6. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
7. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.

Nama : andika  
 Umur : 16

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.		✓		
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketikasaya bermain <i>game online</i> .			✓	
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .			✓	
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.		✓		
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.		✓		
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .		.	✓	
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .			✓	
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .		.	✓	
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .			✓	
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.			✓	
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .		✓		
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.		✓		
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .		.	✓	
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktunya sudah 2 jam)			✓	
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>		✓		

## SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

### Petunjuk pengisian!

1. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
2. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
5. Cara menyatakan dengan memberi tanda cek (  $\checkmark$  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		$\checkmark$		

6. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
7. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.

Nama : Arugrah Zul  
 Umur :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.		✓		
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketikasaya bermain <i>game online</i> .			✓	
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .			✓	
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.		✓		
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.		✓		
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .			✓	
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .			✓	
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .		✓		
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .		✓		
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.			✓	
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .		✓		
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.			✓	
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktunya sudah 2 jam)		✓		
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>		✓		



## SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

### Petunjuk pengisian!

1. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
2. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
5. Cara menyatakan dengan memberi tanda cek (  $\checkmark$  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		$\checkmark$		

6. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
7. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.

Nama : *Monicha*  
 Umur : *16*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.			✓	
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketikasaya bermain <i>game online</i> .			✓	
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .			✓	
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.		✓		
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.		✓		
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .			✓	
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .			✓	
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .		<del>✓</del>	✓	
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .		✓		
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.			✓	
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .		✓		
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.			✓	
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktu bermainnya sudah 2 jam)		✓	✓	
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>		✓		

## SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

### Petunjuk pengisian!

1. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
2. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
5. Cara menyatakan dengan memberi tanda cek (  $\checkmark$  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		$\checkmark$		

6. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
7. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.

Nama : Afan Bachtar  
 Umur : 16

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.		✓	✓	
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketika saya bermain <i>game online</i> .			✓	
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .			✓	
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.			✓	
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .		✓	✓	

15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.		✓		
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .			✓	
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .		✓		
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .		✓		
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .		✓		
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.			✓	
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .		✓		
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.			✓	
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktunya sudah 2 jam)		✓		
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>		✓		

## SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

### Petunjuk pengisian!

8. Pada lembar-lembar berikut terdapat pernyataan yang berhubungan dengan kecanduan game online.
9. Anda diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan cara memilih:  
  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju
10. Anda bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri anda.
11. Semua pilihan adalah benar selama itu sesuai dengan keadaan diri anda.
12. Cara menyatakan dengan memberi tanda cek (  ) pada kolom yang tersedia.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin akan kemampuan saya		<input checked="" type="checkbox"/>		

13. Jika anda sudah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada nomor yang terlewatkan.
14. Terima kasih atas segala kesediaan anda, selamat mengerjakan.

Nama : Vivan Almas  
 Umur : 16

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Tidak masalah bagi saya jika keluarga atau teman mengetahui saya suka bermain <i>game online</i> .		✓		
2	Saya merasa cukup bermain <i>game online</i> walau hanya 1 jam.		✓		
3	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada menyelesaikan masalah sendiri.		✓		
4	Saya akan berhenti bermain <i>game online</i> jika ada yang membutuhkan saya untuk melakukan aktivitas lain.		✓		
5	Saya lebih senang jalan bersama teman daripada menghabiskan waktu di <i>game center</i> .		✓		
6	Saya suka menghabiskan waktu bersama teman ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .		✓		
7	Saya merasa gelisah ketika sedang tidak bermain <i>game online</i> dan perasaan itu akan hilang ketikasaya bermain <i>game online</i> .			✓	
8	Saya berbohong melakukan aktivitas lain ketika ingin bermain <i>game online</i> .			✓	
9	Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 4 jam setiap hari.			✓	
10	Ketika <i>offline</i> , saya lebih senang melakukan aktivitas bersama dengan teman-teman.		✓		
11	Saya bisa lupa waktu jika sedang asyik bermain <i>game online</i> .			✓	
12	Saya tidak merasa gelisah ketika tidak sedang bermain <i>game online</i> .			✓	
13	Dengan bermain <i>game online</i> saya bisa melupakan rasa sedih saya.			✓	
14	Saya suka menunda pekerjaan ketika sedang bermain <i>game online</i> .			✓	



15	Saya bisa membagi waktu kapan bermain <i>game online</i> dan kapan harus melakukan aktivitas lain.				
16	Saya sering memikirkan <i>game online</i> ketika sedang <i>offline</i> .				
17	Saya rela mengurangi jatah jajan saya asal bisa bermain <i>game online</i> .				
18	Saya sulit mengontrol waktu dalam bermain <i>game online</i> .				
19	Saya dapat konsentrasi melakukan aktivitas lain tanpa memikirkan bermain <i>game online</i> .				
20	Ketika sedang bermain <i>game online</i> , saya suka menambah waktu main saya biar bisa <i>online</i> lebih lama.				
21	Saya akan berkata jujur jika ingin bermain <i>game online</i> .				
22	Saya terus bermain <i>game online</i> walaupun sudah menghabiskan banyak uang.				
23	Saya sering menolak ajakan teman untuk jalan-jalan jika sedang bermain <i>game online</i> .				
24	Saya berhenti bermain <i>game online</i> jika waktu bermain yang sudah saya rencanakan habis. (misalnya : saya berencana hanya bermain 2 jam dan berhenti jika waktunya sudah 2 jam)				
25	Saya bisa mengontrol waktu bermain <i>game online</i>				

## Lampiran 9 Hasil Observasi Siklus I & Siklus II

### Hasil Observasi Siklus I

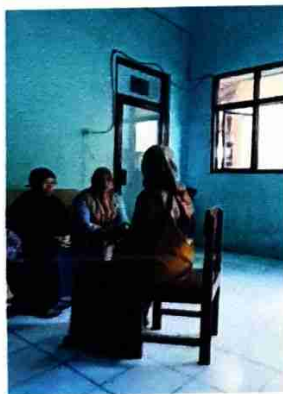
INDIKATOR	HASIL OBSERVASI
4. Kendali Perilaku (Behaviour control)	
a. Mampu mengendalikan keinginan dalam dirinya	18%
b. Mampu mengendalikan situasi diluar dirinya	20%
c. Mampu Merubah stimulus yang tidak menyenangkan menjadi menyenangkan	18%
TOTAL	56%
5. Kendali kognitif (Cognitive control)	
a. Mampu memahami dan mengenali berbagai stimulus	24%
b. Mampu menilai suatu keadaan lingkungannya dengan baik	18%
c. Mampu melakukan antisipasi terhadap stimulus yang diharapkan	22%
TOTAL	64%
6. Mengontrol emosi (Emotional control)	
a. Mampu mengendalikan emosi	16%
b. Mampu mengarahkan emosi	20%
TOTAL	36%
Hasil Observasi Siklus I	156 % : 3 = 52%

### Hasil Observasi Siklus II

INDIKATOR	HASIL OBSERVASI
7. Kendali Perilaku (Behaviour control)	
a. Mampu mengendalikan keinginan dalam dirinya	30%
b. Mampu mengendalikan situasi diluar dirinya	28%
c. Mampu Merubah stimulus yang tidak menyenangkan menjadi menyenangkan	34%
TOTAL	92%
8. Kendali kognitif (Cognitive control)	
a. Mampu memahami dan mengenali berbagai stimulus	36%
b. Mampu menilai suatu keadaan lingkungannya dengan baik	30%
c. Mampu melakukan antisipasi terhadap stimulus yang diharapkan	30%
TOTAL	96%
9. Mengontrol emosi (Emotional control)	
a. Mampu mengendalikan emosi	38%
b. Mampu mengarahkan emosi	33%
TOTAL	71%
Hasil Observasi Siklus II	261% : 3 = 87%

**Lampiran 10 Dokumentasi**

**DOKUMENTASI**



**Kegiatan Konseling  
Kelompok**



**Kegiatan Wawancara**



**MAGISTER PEDAGOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PANCASAKTI TEGAL**

Jalan Halmahera Km. 1 Tegal Tlp. 0283 357535

**BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL TESIS**

Pada hari ini Selasa tanggal sebelas bulan satu tahun dua ribu dua puluh dua Telah melaksanakan Seminar Proposal Tesis terhadap mahasiswa Program Pascasarjana (S2) Prodi Magister Pedagogi Universitas Pancasakti Tegal:

Nama : Pangestuti Kurniasih,  
NPM : 7320800034  
Judul Proposal : Pelaksanaan Konseling Behaviour dengan Teknik Self Control untuk mengatasi kecanduan game online Peserta didik di SMK Muhammadiyah Karanganyar.

Dinyatakan : REVISI/TIDAK REVISI \*)

Dengan Nilai : \_\_\_\_\_

Huruf Mutu : \_\_\_\_\_

Catatan :

→. Penulisan pustaka .

→. Struktur bab 2 .

→. Bahasan & kuesioner Melopen (bab 3) dan aplikasinya .

Penguji I,

NIP/ NIPY.

Penguji II,

NIP/ NIPY.

Penguji III,

NIP/ NIPY.

Kaprodi Magister Pedagogi,

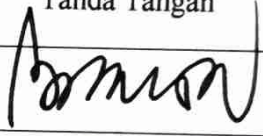


Dr. Basukiyatno, M.Pd  
NIPY. 1251691960

**BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL TESIS  
PROGRAM STUDI MAGISTER PEDAGOGI  
PERIODE GASAL T.A. 2021 - 2022**

Telah berlangsung Seminar Proposal Tesis Program Studi Magister Pedagogi Program Pascasarjana Universitas Pancasakti Tegal Pada :

Hari : Selasa  
Tanggal : 11 Januari 2022  
Atas nama mahasiswa :  
Nama : Pangestuti Kurniasih  
NPM : 7320800034  
Judul Tesis : Pelaksanaan Konseling Behavior Dengan Teknik Self Control Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Peserta Didik di SMK Muhammadiyah Karanganyar Kabupaten Pekalongan

Dengan Susunan Penguji Sebagai Berikut :

Penguji	Nama Penguji	Tanda Tangan
Penguji Utama	Dr. Burhan Eko Purwanto, M.Hum	
Penguji 2 ( P1 )	Dr. Basukiyatno, M.Pd	
Penguji 3 ( P2 )	Dr. Maufur, M.Pd	

Tegal, 11 Januari 2022

Sek. Prodi Magister Pedagogi,

Penguji Utama



Hastin Budisiwi, M.Pd.  
NIDN. 0628038601



Dr. Burhan Eko Purwanto, M.Hum.  
NIDN. 0616096001





YAYASAN PENDIDIKAN PANCASAKTI  
UNIVERSITAS PANCASAKTI TEGAL  
**PROGRAM PASCASARJANA**

PROGRAM STUDI : MAGISTER ILMU HUKUM, MAGISTER MANAJEMEN, DAN MAGISTER PEDAGOGI

Jalan Halmahera KM.1 Kota Tegal 52121

Sekretariat : Telp (0283) 351082 / Rektor : Telp/Fax : (0283) 351267

e-mail : [pps.upstegal@gmail.com](mailto:pps.upstegal@gmail.com) website : [www.upstegal.ac.id](http://www.upstegal.ac.id)

Nomor : 235/A-2/PPs-UPS/VIII/2022

13 Januari 2022

Lampiran : -

Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth. : **Kepala Sekolah**  
**SMK Muhammadiyah Karanganyar**  
**Kab. Pekalongan**  
Di  
**Tempat**

Sehubungan dengan rencana penelitian untuk penulisan Tesis atas nama mahasiswa Pascasarjana Universitas Pancasakti Tegal, berikut ini:

Nama : Pangestuti Kurniasih  
NPM : 7320800034  
Program Studi : Magister Pedagogi  
Judul Tesis : Pelaksanaan Konseling Behaviour dengan Teknik Self Control Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Peserta Didik Di SMK Muhammadiyah Karanganyar Kabupaten Pekalongan.

Untuk keperluan tersebut, mohon perkenan memberikan ijin mengadakan penelitian di instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Hal - hal yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian, akan diselesaikan oleh mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian, atas perkenan nya disampaikan banyak terima kasih.



Direktur,

Prof. Dr. Sitti Hartinah DS, M.M.  
NIP. 1954 1117 198103 2 002



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH KARANGANYAR  
KABUPATEN PEKALONGAN

**SMK MUHAMMADIYAH KARANGANYAR**

Kompetensi Keahlian : 1. Teknik Komputer dan Jaringan 2. Farmasi 3. Teknologi Laboratorium Medik 4. Tata Boga  
Alamat : Jl. Raya Karanganyar-Kajen Km 3 Ds. Kulu Rt. 01 Rw. 01 Karanganyar - Pekalongan 51182  
Telp: (0285) 381 496 Email : muhamkarsmk@gmail.com | Website : www.muhamkarsmk.sch.id

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 140/KET/XII/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : LAILA HIDAYATI, S.Pd.I  
Jabatan : Kepala SMK Muhammadiyah Karanganyar  
Kabupaten Pekalongan

Menerangkan bahwa:

Nama : PANGESTUTI KURNIASIH  
NPM : 7320800034  
Program Studi : Magister Pedagogi  
Perguruan Tinggi : Universitas Pancasakti Tegal

Telah melaksanakan penelitian di SMK Muhammadiyah Karanganyar mulai 13 Januari sampai 25 April 2022 dalam rangka penyusunan tugas akhir Tesis dengan judul "**Pelaksanaan Konseling Behaviour dengan Teknik Self Control Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Peserta Didik di SMK Muhammadiyah Karanganyar Kabupaten Pekalongan**".

Demikian surat keterangan ini dikeluarkan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Karanganyar, 25 April 2022

Kepala Sekolah,



**LAILA HIDAYATI, S.Pd.I**

**NBM 911348**