



**PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI
REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI
KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN
RANTAU UTARA KABUPATEN
LABUHAN BATU**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bidang
Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam*

OLEH

AHMAD YANI SIREGAR

NIM. 17 302 00035

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN**

2021



**PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI
REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI
KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN
RANTAU UTARA KABUPATEN
LABUHAN BATU**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bidang
Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam*

OLEH

**AHMAD YANI SIREGAR
NIM. 17 302 00035**



PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN**

2021



**PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI
REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI
KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN
RANTAU UTARA KABUPATEN
LABUHAN BATU**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bidang
Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam*

Oleh

AHMAD YANI SIREGAR

NIM. 17 302 00035

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

PEMBIMBING I



Dr. Stoleh Fikri, M. Ag
NIP. 196606062002121003

PEMBIMBING II



Arifin Hidayat, S.Sos.I., M.Pd.I
NIDN. 2016048802

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN**

2021



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Hal : Skripsi
an. **Ahmad Yani Siregar**
lampiran : 7 (tujuh) Exampilar

Padangsidimpuan, Desember 2021
Kepada Yth:
Bapak Dekan FDIK
IAIN Padangsidimpuan
Di:
Padangsidimpuan

Assalamu alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n **Ahmad Yani Siregar** yang berjudul "**PENERAPAN SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN RANTAU UTARA KABUPATEN LABUHAN BATU**".

Maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudara tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terimakasih.

Wassalamu alaikum Wr.Wb.

PEMBIMBING I

Dr. Sholeh Fikri, M.Ag
NIP. 19660606 200212 1003

PEMBIMBING II

Arifin Hidayat, S.Sos.I., M.Pd.I
NIDN. 2016048802



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4.5 Sintang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ahmad Yani Siregar
NIM : 17 302 00035
Fak/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI
JudulSkripsi : **PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN RANTAU UTARA KABUPATEN LABUHAN BATU.**

Dengan inimenyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa menerima bantuan tidaksahpihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan kode etik mahasiswa IAIN Padangsidimpuan pasal 14 ayat 2.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum pada pasal 19 ayat ke 4 kode etik Mahasiswa IAIN Padangsidimpuan pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidimpuan, Desember 2021
Pembuat Pernyataan



AHMAD YANI SIREGAR
NIM: 17 302 00035



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733

Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : AHMAD YANI SIREGAR
NIM : 17 302 00035
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "**PENERAPAN SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN RANTAU UTARA KABUPATEN LABUHAN BATU**".

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidempuan

Pada Tanggal : Desember 2021

Yang menyatakan,



**AHMAD YANI SIREGAR
NIM. 17 302 00035**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI**

Nama : Ahmad Yani Siregar
NIM : 17 302 00035
Judul skripsi : **PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM
MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN GAME
ONLINE DI KELURAHAN PADANG BULAN
KECAMATAN RANTAU UTARA KABUPATEN
LABUHAN BATU**

Ketua

Dr. Mohd. Rafiq, M.A
NIP. 196806111999031002

Sekretaris

Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I., M.Pd.I
NIP. 198807092015032008

Anggota

Dr. Mohd. Rafiq, M.A
NIP. 196806111999031002

Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I., M.Pd.I
NIP. 198807092015032008

Dra. Hj. Replita, M.Si
NIP. 196905261995032001

Arifin Hidayat, S.Sos.I., M.Pd.I
NIDN. 2016048802

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah:

Di : Padangsidimpuan
Tanggal : 02 Desember 2021
Pukul : 08.30 WIB s/d Selesai
Hasil/Nilai : 72,25 (B)
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) : 3,60
Predikat : (Pujian)



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: 1704 /In.14/F.4c/PP.00.9/12/2021

Skripsi Berjudul : **PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI
REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI KELURAHAN
PADANG BULAN KECAMATAN RANTAU UTARA
KABUPATEN LABUHAN BATU.**

Ditulis oleh : **AHMAD YANI SIREGAR**
NIM : **17 302 00035**
Program Studi : **Bimbingan Konseling Islam**

Telah diterima untuk memenuhi salah satu tugas
dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidimpuan, 31 Desember 2021

Dekan



Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP.196209261993031001

ABSTRAK

Nama : Ahmad Yani Siregar

NIM : 17 302 00035

Judul : Penerapan *Self Management* Dalam Menangani Remaja Yang Kecanduan Game Online Di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

Latar belakang penelitian ini yaitu remaja seharusnya melakukan hal yang positif di dalam kehidupannya. Namun kenyataannya di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu terdapat remaja yang berlebihan/ kecanduan terhadap game online sehingga dapat membuat diri remaja lupa akan segala hal, dan dapat membuat remaja stres. Oleh Karena itu, *self management* berperan dalam menangani remaja yang kecanduan game online tersebut.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kondisi remaja yang kecanduan game online di, untuk mengetahui penerapan *self management* pada remaja yang kecanduan game online, dan untuk mengetahui hasil dari penerapan *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

Penelitian ini adalah jenis penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan kualitatif dengan menggunakan analisis deskriptif. Teknik data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Sedangkan pengolahan dan analisis data dengan mereduksi data, menyajikan data, kemudian menyimpulkan data. Selanjutnya analisis data, pengecekan keabsahan data dengan metode triangulasi.

Berdasarkan hasil pembahasan dan hasil penelitian yang dilaksanakan peneliti menunjukkan bahwa remaja di Kelurahan Padang Bulan sudah berubah walaupun tidak sepenuhnya, remaja sudah mau melakukan kegiatan positif seperti mengerjakan sholat lima waktu dengan tepat waktu, membaca al-qur'an, membaca buku di waktu kosong, menghormati kedua orangtua, dan menghafal ayat-ayat pendek al-qur'an. Awalnya remaja yang berkata kasar kepada orangtua 10 orang, setelah dikonseling menjadi 3 orang yang berkata kasar kepada orangtua, suka begadang awalnya 10 orang, setelah dikonseling menjadi 2 orang yang suka begadang, dan mengalami stres awalnya 10 orang, setelah dikonseling menjadi 2 orang yang mengalami stres.

Kata Kunci : *Self Management*, dan Game Online.

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur senantiasa peneliti sampaikan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada nabi Muhammad SAW. Beserta keluarga dan sahabat-sahabatnya.

Skripsi ini berjudul: “**PENERAPAN *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN RANTAU UTARA KABUPATEN LABUHAN BATU**”. Sebagai persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Dalam penyusunan skripsi peneliti menyadari masih banyak kekurangan, baik dalam penyusunan kata, kalimat maupun sistematika pembahasannya. Hal ini disebabkan karena keterbatasan kemampuan membangun dan pengalaman peneliti, oleh karena itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat peneliti harapkan dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca umumnya. Pada kesempatan ini dengan penulisan skripsi ini, maka peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, MCL selaku Rektor IAIN Padangsidimpuan. Kepada Bapak Dr. H. Darwis Dasopang, M.Ag selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Dr. Anhar, M.A selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan keuangan, dan Bapak Dr. Sumper Mulia

Harahap, M.Ag selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.

2. Bapak Dr. Ali Sati, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan. Bapak Dr. Mohd. Rafiq, M.A selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Drs. Agus Salim Lubis, M.Ag selaku Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, Bapak Dr. Sholeh Fikri, M.Ag selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.
3. Ibu Maslina Daulay, M.A sebagai Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
4. Bapak Dr. Sholeh Fikri, M.Ag sebagai Pembimbing I dan Bapak Arifin Hidayat, S.Sos., M,Pd.I. sebagai Pembimbing II, atas kesediannya membimbing peneliti dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen serta Civitas Akademik Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah memberikan Ilmu dan pelayanan bagi mahasiswa/i.
6. Kepada Unit Pelayanan Teknis (UPT) perpustakaan dan seluruh pegawai perpustakaan IAIN Padangsidimpuan yang telah mengadakan buku-buku yang berkaitan dengan penelitian ini.
7. Teristimewa kepada Ayahanda Sah Mual Siregar dan Kotimah Pasaribu tercinta yang telah mengasuh, mendidik dan memberikan cinta, moril dan materil yang tiada terhingga kepada peneliti, sehingga peneliti dapat melanjutkan pendidikan sampai perguruan tinggi dan melaksanakan penyusunan skripsi ini.
8. Abangku Fredy Hamsya Siregar, dan Adik-adikku Ratna Sari Siregar, dan Muhammad Ridho Siregar mereka adalah keluarga yang selalu menjadi motivasi peneliti untuk tetap semangat dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah selalu melimpahkan rahmat dan kemudahan rezeki bagi adik-adikku tercinta.

9. Sahabatku Bang Tri Sulutan Harahap, Ramadansyah, Mizan, Henra saputra, Tomi, Rozi, Imam, Adit, Suheri, Pidi, Nurul Aminah, Nursaidah, Mariani, Mala, Suci, Yuli, Suaida, Devi, Yinta, Suaida, Yurike, Ninda, Mariana, Humairoh, yang senantiasa memberikan dukungan dan bantuan bagi peneliti selama penyusunan skripsi ini.
10. Keluarga besar tercinta BKI II yang telah menghabiskan waktu belajar, bersenda gurau dan berbagi segala ilmu dan tawa dalam ruangan tercinta.
11. Para sahabat PDL GANN, KKL Ujung Padang dan sahabat Asrama G.
Akhir kata semoga Allah SWT membalas baik budi bapak, ibu, saudara/i dan rekan-rekan berikan kepada peneliti. Semoga dalam keterbatasan yang ditemui dalam skripsi ini, tidak mengurangi maksud dan tujuan penyusun. Aamiin.

Padangsidempuan, Desember 2021

Penulis

AHMAD YANI SIREGAR

NIM. 17 302 00035

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda dan sebagian lain dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Berikut ini daftar huruf Arab dan transliterasinya dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama Huruf Latin	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak di lambangkan	Tidak di lambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ħa	ħ	ha(dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Kadan ha
د	Dal	D	De
ذ	žal	ž	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	esdan ye
ص	šad	š	s (dengantitikdibawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	žā	ž	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Komaterbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	..’..	Apostrof

ي	Ya	Y	Ye
---	----	---	----

B. Vokal

Vokal bahasa Arab seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

1. Vokal Tunggal adalah vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
— /	fathah	A	A
— /	Kasrah	I	I
— و	ḍommah	U	U

2. Vokal Rangkap adalah vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, transliterasinya gabungan huruf.

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan	Nama
ي.....	fathah danya	Ai	a dan i
و.....	fathah dan wau	Au	a dan u

3. Maddah adalah vokal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda.

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
ي..... ا.....	fathah dan alif atau ya	ā	a dangaris atas
ي.....	Kasrah danya	ī	I dangaris di bawah
و.....	ḍommah dan wau	ū	u dangaris di atas

C. Ta Marbutah

Transliterasi untuk Ta Marbutah ada dua:

1. *Ta Marbutah* hidup yaitu *Ta Marbutah* yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah, dan dommah, transliterasinya adalah /t/.
2. *Ta Marbutah* mati yaitu *Ta Marbutah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah /h/.

Kalau pada suatu kata yang akhirnya *Ta Marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka *Ta Marbutah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

D. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda *syaddah* atau tanda *tasydid*. Dalam transliterasi ini tanda *syaddah* tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberitanda *syaddah* itu.

E. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu : ﻻ . Namun dalam tulisan transliterasinya kata sandang itu dibedakan antara kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiah* dengan kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah*.

1. Kata sandang yang diikuti huruf *syamsiah* adalah kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung diikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf *qamariah* adalah kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah* ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan didepan dan sesuai dengan bunyinya.

F. Hamzah

Dinyatakan didepan Daftar Transliterasi Arab-Latin bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof. Namun, itu hanya terletak di tengah dan diakhir kata. Bila hamzah itu diletakkan diawal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

G. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim*, mau pun *huruf*, ditulis terpisah. Bagi kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab yang sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut bisa dilakukan dengan dua cara: bisa dipisah perkata dan bisa pula dirangkaikan.

H. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem kata sandang yang diikuti huruf tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital sepertiapa yang berlakudalam EYD, diantaranya huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal, nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu dilalui oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harkat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

I. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu keresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	
SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING	
SURAT PERNYATAAN PENYUSUNAN SKRIPSI SENDIRI	
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	v
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	10
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
G. Sistematika Pembahasan	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. LANDASAN TEORI	
1. Penerapan	
a. Pengertian Penerapan.....	15
2. <i>Self Management</i>	
a. Pengertian <i>Self Management</i>	16
b. Tujuan <i>Self Management</i>	17

c. Manfaat <i>Self Management</i>	18
d. Teknik Konseling <i>Self Management</i>	18
e. Tahap-tahap <i>Self Management</i>	21
3. Remaja	
a. Pengertian Remaja.....	23
b. Kategori Usia Pada Remaja.....	24
c. Ciri-ciri Remaja.....	26
d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Remaja.....	29
e. Perkembangan Remaja	
1) Perkembangan secara Fisik.....	30
2) Perkembangan secara Psikis.....	32
3) Perkembangan secara Psikomotorik.....	33
f. Tugas Perkembangan Remaja.....	34
4. Game Online	
a. Pengertian Game Online.....	35
b. Ciri-ciri Game Online.....	36
c. Jenis-jenis Game Online.....	38
d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online.....	39
e. Dampak Kecanduan Game Online.....	40
5. Hubungan dengan Prodi Bimbingan Konseling Islam.....	41
6. Pandangan Islam Terhadap Game Online.....	41
B. Penelitian Terdahulu.....	45

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Waktu dan Lokasi Penelitian.....	48
B. Jenis Penelitian.....	49
C. Informan Penelitian.....	50
D. Sumber Data.....	51
E. Teknik Pengumpulan Data.....	51
F. Teknik Tindakan Penelitian Lapangan.....	53
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	58

H. Teknik Keabsahan Data	59
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Temuan Umum.....	61
B. Temuan Khusus.....	65
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	94
B. Saran-saran.....	95
DAFTAR KEPUSTAKAAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Diagram I	: Penggunaan smartphone dari tahun 2012 hingga tahun 2021	7
Diagram II	: Penguasaan terhadap rangsangan.	20
Diagram III	: Tahap pemberian, penghapusan dan hukuman	22
Siklus I	: Perencanaan refleksi siklus I tindakan pengamatan	54
Siklus II	: Perencanaan refleksi siklus II tindakan pengamatan.....	54
Tabel I	: Penelitian terdahulu.....	45
Tabel II	: Jadwal penelitian	49
Tabel III	: Luas Wilayah Kelurahan Padang Bulan.....	62
Tabel IV	: Jumlah penduduk Kelurahan Padang Bulan berdasarkan data umum PKK dan jenis kelamin.....	63
Tabel V	: Persentase lapangan kerja menurut lapangan pekerjaan di Kecamatan Rantau Utara.....	64
Tabel VI	: Jumlah remaja yang kecanduan game online yang diwawancarai	64
Tabel VII	: Hasil penerapan siklus I pertemuan I.	75
Tabel VIII	: Hasil penerapan siklus I pertemuan II.	78
Tabel IX	: Hasil penerapan siklus II pertemuan I.	81
Tabel X	: Hasil penerapan siklus II pertemuan II.....	85
Tabel XI	: Hasil rekapitulasi perubahan siklus I dan II..	90

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi internet di Indonesia telah meningkat pesat baik di bidang game online, bisnis jual-beli online, dan sebagainya. Dengan hadirnya internet memberikan kemudahan terhadap masyarakat untuk berkomunikasi/ berinteraksi antara satu dengan yang lainnya secara online. Teknologi internet memberikan dampak yang cukup besar terhadap perkembangan permainan yang ada di Indonesia khususnya game online.

Game online pertama kali muncul dan berkembang di Indonesia pada pertengahan tahun 90-an saat game Nexian beredar.¹ Dengan adanya perkembangan teknologi internet, game online berkembang pesat dan mulai menjadi gaya hidup sebagian masyarakat Indonesia, sejak berkembangnya internet banyak masyarakat memainkan game online dan menjadikan sebuah hobi. Sebagaimana kita ketahui game merupakan sebuah hobi ataupun hiburan dan menjadi suatu kebutuhan bagi setiap orang, tidak memandang umur ataupun jenis kelamin, salah satu yang menjadi alternatif yaitu game online yang ada di PC (komputer) dan *smarphone* (HP).

Game online adalah jenis permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain yang dihubungkan dengan jaringan internet. Game online dapat dimainkan kapan saja, dimana saja, dan dapat dimainkan bersamaan secara

¹Krista Surbakti, *Pengaruh Game Online Terhadap Remaja*, Jurnal Curere, Vol 01, No. 01 2017, hlm. 31

kelompok diseluruh dunia dan permainan itu sendiri menampilkan gambar-gambar menarik, seperti yang diinginkan, yang didukung oleh komputer.²

Game online juga bukan hanya berupa permainan yang hanya bisa ditonton saja, tetapi para pemain dapat berpartisipasi menggerakkan gambar-gambar yang ada di dalamnya secara bersama-sama dengan para pemain lainnya, mereka berperan di dalam bermain game. Bahkan di dalam game online para pemain dapat berkompetisi untuk memperoleh poin tinggi yang berkonsekuensi menjadi pemain yang kalah atau menang, dan para pemain game online juga bisa saling berkomunikasi dan menambah teman, melalui voice chat ataupun chatting chat yang ada di game online seperti game Mobile Legends, PUBG Mobile, Free Fire, Call Of Duty (COD), Point Blank, Higgs Domino dan game online lainnya.³

Permainan game online sangat mudah diakses oleh para remaja baik di PC ataupun *smartphone* (HP). Penggunaan PC maupun *smartphone* (HP) sudah dimiliki oleh setiap remaja. Setiap remaja lebih mudah menggunakannya dimana pun remaja berada dan kapan saja selama 24 jam. PC (komputer) maupun *smartphone* (HP) menjadi suatu kebutuhan bagi setiap remaja yang dapat memberikan informasi maupun memberikan kenyamanan dan menyebabkan ketagihan bagi setiap remaja yang bermain game online. Game online dapat menyebabkan dampak negatif pada remaja, remaja asal Palembang mencuri kulkas tetangga buat bermain game online disebabkan

² Emria Fitri, dkk, *Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan dan Konseling*, *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol 4, No. 3 November 2018, hlm. 213

³M. Fahmi Alam, *Pengertian Game Online dan Sejarahnya*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), hlm. 13

karena merasa tidak nyaman pada dirinya dan kehabisan uang untuk menyewa warnet.⁴ Seorang gamers asal Tiongkok mengalami kelumpuhan dari pinggang ke bawah saat bermain game online selama 20 jam di warnet karena lupa waktu untuk beristirahat dibuktikan oleh pear video dilaporkan oleh Ladbible.⁵ Siswi SMP meninggal dunia karena kecanduan game online dibuktikan dengan ketua IDI cabang Kabupaten Purwakarta dr Susilo Atmojo saat diwawancarai tentang bahaya kecanduan game online.⁶ ABG (Anak Baru Gede) kecanduan game online tega tusuk ibu kandung sendiri hingga meninggal di Grogol, Jakarta Barat pada tanggal 8 Februari 2021 karena kecanduan game online dan mengidap gangguan kejiwaan pada dirinya.⁷ Dua remaja di Kabupaten Bekasi Jawa Barat mengalami gangguan jiwa karena kecanduan game online remaja tersebut menjalani perawatan terapi di Yayasan Jamrud Bekasi pada tanggal 17 Oktober 2019.⁸ Dan dua pemuda di Makassar mencuri sembako karena kecanduan game online, hasil yang didapat digunakan untuk membeli *chip*

⁴Nefri Inge, *Ulah Nakal Remaja Asal Palembang Curi Kulkas Tetangga Buat Main Gim Online*/<https://m.liputan6.com/regional/read/4028467/ulah-nakal-remaja-palembang-curi-kulkas-tetangga-buat-main-gim-online> diakses tanggal 28 Februari 2021 pukul: 21.15 WIB

⁵ Sulung Lahitani, *Main Gim Online 20 jam di Warnet, Tubuh Pemuda Mendadak Lumpuh*/<http://m.liputan6.com/citizen6/read/3247808/main-gim-online-20-jam-di-warnet-tubuh-pemuda-mendadak-lumpuh> diakses pada tanggal 02 Maret 2021 pukul: 09.00 WIB

⁶Sapni Maulana, *Siswi SMP Meninggal Dunia Karena Kecanduan Game Online, ini Penjelasan IDI*/<https://www.google.com/amp/s/kaltim.suara.com/amp/read/2021/02/26/202858/siswi-smp-meninggal-dunia-karena-kecanduan-game-online> diakses pada tanggal 04 Maret 2021 pukul: 06.30 WIB

⁷ Agung Sandy Lesmana, *ABG Kecanduan Game Online Tusuk Ibu Kandung, Polisi Cari Ponsel Tersangka*/<https://amp.suara.com/news/2020/02/10/162502/abg-kecanduan-game-online-tusuk-ibu-kandung-polisi-cari-ponsel-tersangka> diakses pada tanggal 27 Februari 2021 pukul: 10.00 WIB

⁸ Reza Gunadha, *Dua Bocah Bekasi Alami Gangguan Jiwa, Diduga Kecanduan Main Gim di HP*/<https://jabar.suara.com/amp/read/2019/10/17/132631/dua-bocah-bekasi-alami-gangguan-jiwa-diduga-kecanduan-main-gim-di-hp> diakses pada tanggal 02 Februari 2021 pukul: 11.30 WIB

higgs domino, ini terjadi pada tanggal 17 Februari 2021.⁹ Hal ini disebabkan karena kurangnya perhatian dan kontrol dari keluarga, masa kecil yang kurang bahagia serta kurang kesempatan dalam bermain game, sehingga remaja menjadi kecanduan bermain game online saat pertama kali mencoba dan lebih memilih bermain game online dari pada belajar. Bermain game online dapat menyebabkan ketagihan maupun kecanduan sehingga dapat merusak pendidikan ataupun prestasi yang dicapai anak remaja itu sendiri yang merusak masa depannya.

Kecanduan dapat diartikan sebagai tingkah laku yang tidak dapat dikontrol sehingga dapat melalaikan suatu kegiatan. Kecanduan game online yang dialami remaja, dapat mempengaruhi diri individu dan kesadaran individu sendiri dalam menjalani kehidupan sehari-hari, karena banyaknya waktu yang dihabiskan untuk bermain game online. Ancaman yang paling umum saat seseorang kecanduan adalah ketidakmampuannya dalam mengatur emosi yang tidak sesuai dengan perilaku ataupun bertingkah laku.¹⁰

Selain itu, penyebab kecanduan game online dapat menyebabkan individu bertingkah laku tidak konsisten atau plin-plan. Artinya apa yang dilakukan sekarang berbeda dengan apa yang dilakukan pada waktu sebelumnya. Misalkan remaja yang sudah kecanduan game online, biasanya bertingkah laku tidak sesuai pada saat belajar maupun tidak belajar.

⁹ Faisal Mustafa, *Pemuda di Makassar Nekat Curi Sembako karena Kecanduan Game Online*/<https://www.google.com/amp/s/makassar.sindonews.com/newsread/338180/710/pemuda-di-makassar-nekat-curi-sembako-karena-kecanduan-game-online-1613552549> diakses pada tanggal 03 Maret 2021 pukul: 14.30 WIB

¹⁰ Fadjri Kirana Anggraini, *Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern*, Buletin Psikologi, 1 Juni 2015, hlm. 3

Sebagaimana firman Allah di dalam surah Ali Imran ayat 104

هُم وَأُولَٰئِكَ الْمُنْكَرِ عَنِ وَيَنْهَوْنَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَأْمُرُونَ بِالْخَيْرِ إِلَىٰ يَدْعُونَ أُمَّةً مِّنْكُمْ وَلَتَكُن
 ١٠٤ الْمُفْلِحُونَ

Artinya: “Hendaklah ada diantara kami segolongan yang menyeru kepada kebaikan dan melarang dari perbuatan munkar”

Ayat di atas menjelaskan bahwa setiap orang seharusnya mengingatkan satu dengan yang lain agar dirinya tidak terjerumus pada kemungkaran. Sama halnya dengan remaja, remaja juga seharusnya mengingatkan satu dengan yang lain kepada remaja yang lain agar waktu mereka tidak terbuang begitu saja akan tetapi remaja di kelurahan Padang Bulan sudah tidak dapat lagi mengontrol waktunya sehingga remaja kecanduan dalam bermain game online.

Kebanyakan yang sudah kecanduan game online ialah dikalangan remaja. Remaja lebih dominan suka bermain game online, dan apabila remaja yang sudah memiliki pekerjaan maupun tidak memiliki pekerjaan, remaja kebanyakan menghabiskan waktu luang dengan bermain game online, sehingga menyebabkan remaja kecanduan dalam bermain game online. Bukan hanya itu, di kalangan anak-anak juga, sudah mengetahui bermain game online, remaja sudah terpengaruh dengan teknologi yang semakin berkembang, sehingga menyebabkan anak-anak ikut terbawa bermain game online. Bahkan baru-baru ini terjadi viral di media sosial, dua emak-emak berdaster heboh bermain game

online di warung internet (warnet) pada hari Selasa tanggal 09 Februari 2021, sehingga hal ini membuat para netizen heboh dengan ini.¹¹

Dengan adanya perkembangan teknologi saat ini, teknologi semakin berkembang dan meningkat membuat para masyarakat tertarik dengan hal itu. Baru-baru ini di waktu datangnya Covid-19, masyarakat tidak diperbolehkan melakukan kegiatan di luar rumah, sehingga masyarakat banyak menghabiskan waktunya dengan bermain game dan mengunjungi halaman web. Selama covid-19 pengguna internet maupun pengguna game online mengalami peningkatan yang signifikan. Pada tahun 2020 jumlah pengguna internet mengalami peningkatan menjadi 196,7 juta jiwa lebih banyak jika dibandingkan dengan tahun 2018 hanya 171, 2 juta jiwa. Kenaikan di tahun 2020 mencapai 73,7 % dibandingkan tahun 2018 hanya 64,8 %.¹² Pengguna internet terbanyak yakni di pulau Jawa 56,4 %, kedua di pulau Sumatera 22,1 %, di susul pulau Sulawesi 7 %, Kalimantan 6,3 %, Bali-Nusa Tenggara 5,2 %, dan Maluku-Papua 3 %. Adapun data penggunaan *smartphone* (HP), PC (komputer), dan *Console Game* (PS) dari tahun 2012 hingga 2021 sesuai dengan *platform in 2018* yaitu sebagai berikut:

¹¹[Liputan6.com/https://m.liputan6.com/hot/read/4478802/viral-emak-emak-berdaster-heboh-main-game-online-tak-kalah-dari-anak-muda](https://m.liputan6.com/hot/read/4478802/viral-emak-emak-berdaster-heboh-main-game-online-tak-kalah-dari-anak-muda), diakses pada tanggal 10 Februari 2021 pukul: 17.30 WIB.

¹²[Kompas.com/https://money.kompas.com/read/2020/11/09/213534626/pengguna-internet-indonesia-hingga-kuartal-ii-2020-capai-1967-juta-orang](https://money.kompas.com/read/2020/11/09/213534626/pengguna-internet-indonesia-hingga-kuartal-ii-2020-capai-1967-juta-orang) diakses pada tanggal 10 Februari 2021 pukul: 16:00 WIB

Diagram I
Penggunaan *smartphone* (HP) dari tahun 2012 hingga tahun 2021

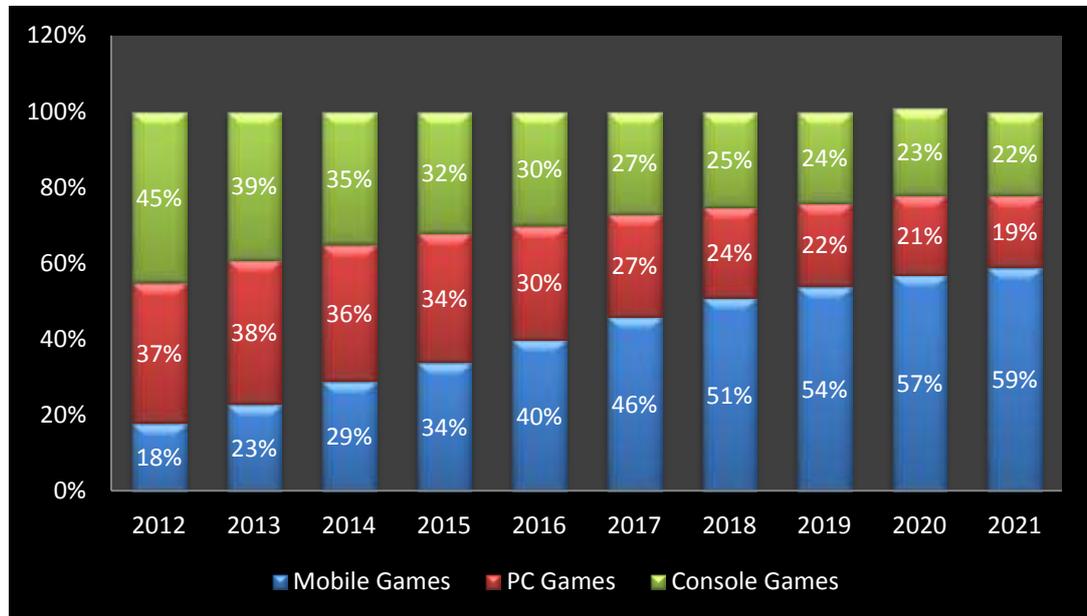


Diagram di atas menggambarkan penggunaan *smartphone* (HP) dari tahun ke tahun semakin meningkat, diminati oleh banyak orang dibandingkan dengan PC (komputer) maupun *console game* (PS) dari tahun ke tahun semakin sedikit peminatnya, karena *smartphone* (HP) merupakan salah satu media yang banyak diminati, dimiliki dan digunakan oleh banyak orang dimanapun berada dan kapanpun digunakan.

Rata-rata kenaikan signifikan terhadap kecanduan game online diminati oleh kalangan remaja usia 13-18 tahun dan terus meningkat saat diberlakukannya *lockdown* saat pandemi virus corona pada tahun 2019 sampai saat ini, sebab masyarakat banyak melakukan aktivitas di dalam rumah yang

menyebabkan rasa jenuh terhadap anak remaja yang terus berdiam diri (*lockdown*).¹³

Dalam observasi dan wawancara peneliti terhadap remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu pada tanggal 20 September 2020. Peneliti melihat bahwa banyak remaja yang sering menggunakan HP untuk bermain game dan menghabiskan waktu luang dengan bermain game. Sedikit-dikit remaja di Kelurahan Padang Bulan, remaja selalu menggunakan HP dan bermain game online tanpa mementingkan orang lain yang berada didekatnya. Remaja tersebut rata-rata selalu menyibukkan dirinya dengan bermain game online sehingga remaja sering lupa akan waktunya, baik makan, shalat, dan lain-lain. Kebanyakan waktu kosong remaja terbuang dengan sia-sia begitu saja dan terkadang kegiatan mereka juga terlewatkan. Dalam satu hari apabila remaja tidak bermain game online, remaja akan merasakan tidak tenang di dalam dirinya, remaja merasakan gelisah dan sampai-sampai remaja sering mengalami mudah depresi di dalam sehari-hari terhadap orang yang ada di sekelilingnya.¹⁴

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada salah satu remaja andre mengatakan bahwa:

“yang saya lihat, remaja disini masih banyak yang sibuk dengan hpnya hanya dengan bermain game online termasuk saya, saya terlalu sering dalam memainkan game online sehingga saya lupa segala hal yang akan saya

¹³ Peneliti AS, *Temukan 86 persen Remaja Kini Kecanduan Game Online Terbanyak itu Anak* /<https://www.google.com/amp/s/amp.wartaekonomi.co.id/berita267851/peneliti-as-temukan-86-persen-remaja-kini-kecanduan-game-online-terbanyak-itu-anak> diakses pada tanggal 04 Maret 2021 pukul: 20.50 WIB

¹⁴ Ahmad Yani, *Observasi pada Remaja Kecanduan Game Online*, (Labuhan Batu: 20 September 2020-30 Juni 2021)

kerjakan, sampai-sampai saya sering gelisah, dan sifat saya tidak dapat dikontrol”.

Remaja tersebut mengalami kecanduan game online di waktu bermain game, remaja terlalu berlebihan dan menyebabkan remaja kecanduan pada game online. Kecanduan game online dapat menyebabkan dampak negatif pada diri remaja baik fisik maupun psikis yang dapat mengubah tingkah laku remaja dari yang baik menjadi buruk. Maka perlu dilakukan alternatif atau suatu *treatment* dalam mengatasi kecanduan game online pada remaja di Kelurahan Padang Bulan dengan menggunakan penerapan *self management*.

Self management adalah suatu proses individu mengarahkan perubahan tingkah laku remaja sendiri, dengan menggunakan suatu strategi, individu harus aktif menggerakkan variabel internal maupun eksternal untuk melakukan perubahan pada dirinya dan mencapai suatu tujuan yang diinginkan.

Self management adalah suatu usaha seorang individu dalam mengatur dan mengontrol tingkah lakunya sendiri ke arah yang baik yang dapat menjauhkan perbuatan saat ini kembali saat sebelumnya dan mencapai suatu tujuan yang diinginkan. *Self management* terjadi karena adanya suatu usaha pada individu untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik.

Self management membuat seseorang agar mampu menjadikan dirinya sebagai manusia yang berkualitas dan bermanfaat dalam menjalani kehidupannya. *Self management* dapat membuat seseorang mengarahkan tindakannya kepada hal-hal positif. *Self management* sebagai upaya

mengeloladan mengatur dirinya sendiri ke arah yang lebih baik sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan permasalahan dan fenomena di atas peneliti merasa tertarik untuk mengkaji hal ini lebih dalam lagi tentang remaja yang kecanduan bermain game online dari umur 15 hingga 22 tahun, peneliti tertarik mewujudkannya dalam bentuk skripsi dengan judul: **Penerapan *Self Management* Dalam Menangani Remaja Yang Kecanduan Game Online Di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.**

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti memfokuskan penelitian pada masalah remaja yang kecanduan game online umur 15 sampai 22 tahun dengan menggunakan Penerapan *Self Management* di kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

C. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalahan dalam memahami judul tulisan ini, perlu ada penjelasan sebagai berikut:

1. Penerapan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah perbuatan menerapkan. Sedangkan secara terminologi, bahwa penerapan merupakan sebuah tindakan yang dilakukan baik secara individu maupun kelompok dengan maksud untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan.
2. *Self Management* merupakan salah satu teknik dalam konseling behaviour, *self management* adalah suatu prosedur dimana individu mengatur

perilakunya sendiri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan sehingga mendorong diri dalam perbuatan yang tidak baik dan meningkatkan perbuatan yang baik.¹⁵ Sedangkan *self management* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tingkah laku pada remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

3. Remaja adalah sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak hingga dewasa, atau usia belasan tahun, atau jika seseorang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya.¹⁶ Sedangkan remaja yang dimaksud dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 15-22 tahun yang berada di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu menurut pasal 330 kitab UU Hukum Perdata dan pasal 98 ayat 1 Kompilasi Hukum Islam.¹⁷
4. Game online adalah gabungan dari dua kata yang berasal dari bahasa inggris. “*Game*” artinya permainan dan “*online*” artinya daring atau dalam jaringan. Jika dua kata digabungkan, maka akan terbentuk suatu makna baru yang tak jauh-jauh dari pengertian dasar kedua kata itu. Pengertian game online ialah sebuah jenis video permainan yang hanya dapat dijalankan apabila suatu perangkat yang digunakan untuk bermain game terhubung dengan jaringan internet. Sedangkan game yang dimaksud dalam penelitian ini adalah game mobile legend, PUBG, Free Fire, Call Of Duty (COD),

¹⁵ Siska Novra Elvina, *Teknik Self Management dalam pengolahan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif*, Vol. 3, No. 2, November 2019, hlm. 125

¹⁶ Sarlito Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm. 2

¹⁷ Kementerian Agama RI, *Komplikasi Hukum Islam Di Indonesia*, (Diroktorat Jenderal Bimbingan Masyarakat Islam, Diroktorat Bina KUA dan Keluarga Sakinah, 2018), hlm. 50

Point Blank, dan Higgs Domino yang dimainkan remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu?
2. Bagaimana penerapan *self management* pada remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu?
3. Bagaimana hasil penerapan *self management* pada remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian yaitu:

1. Untuk mengetahui kondisi remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.
2. Untuk mengetahui penerapan *self mangement* pada remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.
3. Untuk menegetahui hasil dari penerapan *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

F. Manfaat Penelitian

Kegunaan penelitian dalam penulisan skripsi ini dapat dijadikan menjadi dua manfaat, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Dapat menjadi bahan rujukan bagi mahasiswa dalam memahami dan menyelesaikan masalah kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu dan mengetahui secara rinci tentang kecanduan dalam bermain game online, macam-macam dan faktor penyebab dari kecanduan game online untuk disiplin ilmu.

2. Manfaat Praktis

Dapat bermanfaat bagi kalangan remaja dan orangtua dalam upaya mencegah kecanduan bermain game online, dan dapat berguna sebagai wacana baru yang dapat memberikan motivasi dan dapat membantu memberikan solusi dalam kecanduan game online.

G. Sistematika Pembahasan

Agar penelitian ini dapat dijabarkan secara sistematis maka dibuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, fokus masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka yang terdiri dari landasan teori, dan kajian terdahulu, pembahasan tentang landasan teori terdiri dari pengertian penerapan, *self management*, tujuan dan manfaat *self management*, teknik *self*

management dan tahapan dalam *self management*, tentang remaja, ciri-ciri dan faktor yang mempengaruhi diri serta tentang game online, ciri-ciri dan jenis game online, faktor dari game online, dan dampak dari kecanduan game online.

BAB III Metodologi Penelitian terdiri dari pembahasan waktu dan lokasi penelitian, jenis penelitian, informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data yang terdiri dari wawancara, observasi, dan dokumentasi, teknik tindakan penelitian lapangan, teknik pengolahan dan analisis data. Kemudian membahas mengenai teknik keabsahan data.

BAB IV Hasil Penelitian yang terdiri dari temuan umum yang terdiri dari sejarah Kelurahan Padang Bulan letak geografis Kelurahan Padang Bulan dan temuan khusus tentang kondisi remaja yang kecanduan game online, penerapan *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online, dan hasil penerapan *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan

BAB V Penutup merupakan akhir dari pembahasan yang ditandai dengan sub penjabaran kesimpulan dan saran-sarannya, kemudian diakhiri daftar pustakanya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. LANDASAN TEORI

1. Penerapan

a. Pengertian Penerapan

Penerapan secara *terminology* berarti sebuah tindakan yang dilakukan baik secara individu maupun kelompok dengan maksud untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Sedangkan penerapan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah proses, pemanfaatan, dan mempraktekkan setiap usaha hanya dapat berjalan secara efektif dan efisien bilamana sebelumnya sudah dipersiapkan dan di rencanakan terlebih dahulu dan matang.¹⁸

Penerapan yang dikemukakan oleh para ahli yaitu sebagai berikut:

- 1) Menurut Rianto Nugroho, penerapan pada prinsipnya cara yang dilakukan agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan.
- 2) Menurut Lukman Ali, penerapan adalah mempraktekkan atau memasang. Penerapan berarti dilakukan sebagai pelaksana.
- 3) Menurut Wahab, penerapan merupakan sebuah kegiatan yang memiliki tiga unsur penting dalam menjalankannya.

Adapun unsur-unsur penerapan meliputi seperti:

- a) Adanya program yang dilaksanakan

¹⁸Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 1044

- b) Adanya kelompok target, yaitu masyarakat yang menjadi sasaran dan diharapkan akan menerima manfaat dan program tersebut.
- c) Adanya pelaksana, baik organisasi atau perorangan yang bertanggung jawab dalam pengolahan, pelaksanaan, maupun pengawasan dari proses penerapan tersebut.¹⁹

Penerapan adalah menggunakan segala teori yang ada untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan cara melakukan sesuatu baik secara lisan maupun praktik. Pertanyaan-pertanyaan sebagai masalah hidup dan kehidupan manusia merupakan tantangan bagi manusia untuk menjawab jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan tersebut akan menjadi dasar pelaksana dan praktik pendidikan.

2. *Self Management*

a. *Pengertian Self Management*

Self management dalam terminologi psikologi, bisnis dan pendidikan adalah metode, keterampilan dan strategi yang dapat dilakukan individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktivitas yang peneliti lakukan, termasuk didalamnya *goal setting, planning, scheduling, task tracking, self evaluasi, self intervention*, dan *self development, self management* juga sering dikenal sebagai proses eksekusi (pengambilan keputusan).

Self management adalah salah satu teknik dalam konseling *behavior*, yang mempelajari tingkah laku individu yang bertujuan merubah perilaku

¹⁹Wahab, *Manajemen Personalisa*, (Bandung: Sinar Harahap, 1990), hlm. 45

maladaftif menjadi adaftif. *Self management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan perilaku sendiri.

Menurut Ratna, *self management* adalah pengendalian diri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada pengindraan diri terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan perbuatan baik dan benar.²⁰

Menurut Gantina, *self management* adalah prosedur dimana individu mengatur dirinya sendiri. Sedangkan menurut Stewart dan Luwis mengemukakan bahwa *self management* menunjukkan pada kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya atau kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit.²¹

Self management adalah suatu proses individu dalam menggerakkan pikiran, ucapan dan perbuatan untuk mengubah tingkah laku individu sendiri dan meningkatkan perbuatan kearah yang lebih baik.

b. Tujuan *Self Management*

Tujuan *self management* adalah remaja mampu mengontrol dan mengatur sendiri perilakunya pada masalah kecanduan game online. Konselor dan remaja bekerjasama dalam mengatasi remaja yang kecanduan game online, konselor hanya mendorong dan membantu remaja dalam penyelesaian masalah kecanduan game online agar remaja mampu mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan kepada hal yang baik yaitu agar tidak kecanduan game online.

²⁰Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling*, (Yogyakarta: Deepublish, 2013), hlm. 58

²¹ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2014), hlm.

c. Manfaat *Self Management*

Manfaat dari *self management* yaitu sebagai berikut:

1. Membantu individu untuk dapat mengontrol dan mengelola diri baik pikiran, perasaan, dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal.
2. Dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain.
3. Individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah tersebut.²²

d. Teknik *Konseling Self Management*

Konseling merupakan pertemuan tatap muka yang dilakukan oleh seorang konselor dengan seorang konseli yang dimana konselor berusaha memecahkan masalah dengan mempertimbangkan bersama-sama sehingga konseli dapat memecahkannya berdasarkan penentuan sendiri.²³

Konseling memerlukan keterampilan (*skill*) pada pelaksanaannya. Gunarsa menyatakan bahwa *self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).²⁴ Berikut akan diuraikan satu persatu:

²² *Ibid.*, Lilis Ratna, *Teknik-teknik Konseling*, hlm. 59

²³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), hlm. 22

²⁴ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Libri, 2011), hlm. 225

1. Pemantauan Diri (*self monitoring*)

Pemantauan diri merupakan suatu proses individu mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri biasanya individu mengamati dan mencatat masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah dan menghasilkan konsekuensi.

2. *Reinforcement* yang positif (*self reward*)

Reinforcement yang positif digunakan untuk membantu individu mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan.

3. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*)

Ada beberapa langkah dalam *self contracting* yaitu:

- a. Individu membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya.
- b. Individu meyakini semua yang ingin diubahnya
- c. Individu bekerjasama dengan teman/ keluarga dalam menjalani program *self management*.
- b. Individu akan menanggung resiko dengan program *self managementnya*.
- e. Semua individu harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku, dan perasaan adalah untuk individu itu sendiri.

f. Individu menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses *self management*.

4. Penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*)

Teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya yang membuat terlaksananya atau dilakukannya tingkah laku tertentu. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda dari suatu respon tertentu.

Teknik *self management* dapat dilihat juga dari diagram seperti dibawah ini:

Diagram II
Penguasaan Terhadap Rangsangan

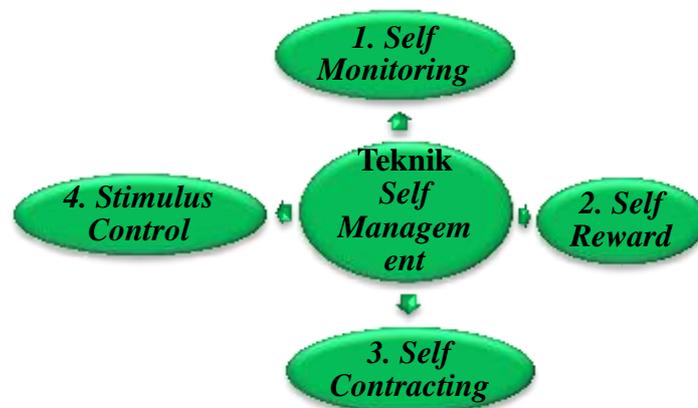


Diagram di atas menjelaskan bahwa, *pertama* dalam teknik *Self Management* ialah pemantauan diri (*Self Monitoring*), yang dimana proses pemantauan/ pengamatan terhadap remaja yang kecanduan game online agar dapat mengetahui tentang sikap, kebiasaan, maupun tingkah laku remaja dalam bermain game online.

Kedua, reinforcement yang positif (*self reward*), ialah membantu remaja mengatur dan mengontrol perilaku remaja agar remaja dapat mengurangi bermain game online dan mencapai suatu tujuan yang diinginkan.

Ketiga, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), yaitu dimana remaja dapat membuat suatu perjanjian dan langkah-langkah untuk mengubah pikiran maupun tingkah laku dan perasaan agar tidak kecanduan game online.

Keempat, penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*) ialah menata kembali lingkungan yang telah dilakukannya kecanduan dalam bermain game online agar tidak kecanduan game online.

e. Tahap-tahap pengolahan diri (*Self management*)

Ada beberapa tahapan pengolahan diri (*self management*) yaitu sebagai berikut:

a. Tahap monitor diri (*self monitoring*) observasi diri

Pada tahap ini konseli mengamati tingkah lakunya sendiri, mencatatnya dengan teliti serta interaksinya dengan lingkungan. Konseli disini mengumpulkan data dasar berkenaan dengan perilaku yang ingin diubah.

b. Tahap evaluasi diri (*self evaluation*)

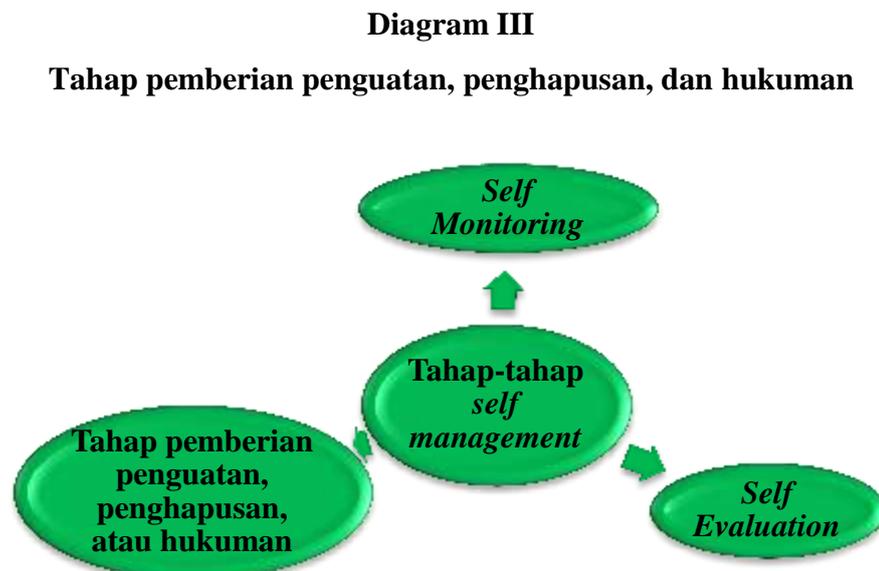
Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektifitas dan efisiensi program. Bila

program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang diterapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

- c. Tahap pemberian penguatan, penghapusan, atau hukuman (*self reinforcement*)

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.²⁵

Dalam tahapan *self management* juga dapat dilihat dari bentuk diagram, yaitu seperti dibawah ini:



²⁵ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), hlm.

Diagram di atas menjelaskan bahwa tahap *self management* terdiri dari tiga bagian yaitu:

pertama, tahap monitor diri (*self monitoring*) observasi diri bahwa remaja dapat mengamati, mencatat hasil perilaku yang ingin diubah terhadap lingkungannya.

kedua, tahap evaluasi diri (*self evaluation*) bahwa seorang remaja dapat membandingkan tingkah lakunya dengan tingkah laku yang diinginkan agar remaja dapat mengubah perilakunya dalam bermain game online.

Dan *yang ketiga*, tahap pemberi penguatan, penghapusan, atau hukuman (*self reinforcement*) bahwa seorang remaja dapat mengatur dirinya dengan memberi penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri, jika remaja mengulangi bermain game online.

3. Remaja

a. Pengertian Remaja

Menurut Hurlock, kata remaja berasal dari bahasa latin “*adolescere*” kata bendanya “*adolescencia*” yang berarti remaja atau tumbuh menjadi dewasa, remaja itu adalah mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Sehingga remaja mempunyai arti tumbuh menjadi dewasa.²⁶

Remaja adalah masa peralihan dari anak menjelang dewasa. Masa remaja, masa puber, dan sudah akhil baliqh, dimana perkembangan fisik dan

²⁶Miftahul Jannah, *Remaja Dan Tugas-tugas Perkembangan Dalam Islam*, *Jurnal Psikoislamedia* Volume 1, Nomor.1, April 2016, hlm. 24

mental mereka mengalami perubahan yang cepat sekali. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa sekolah menuju masa pubertas dimana seorang anak yang telah besar, sudah ingin berlaku seperti orang dewasa tetapi dirinya belum siap menjadi orang dewasa.

Masa remaja adalah masa peralihan diantara masa anak-anak dan masa dewasa, dimana anak-anak mengalami pertumbuhan cepat dalam segala bidang. Mereka bukan lagi anak-anak, baik bentuk badan, sikap, cara berpikir dan bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.

Remaja artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan, baik mental, emosi, maupun fisik. Masa remaja berlangsung antara 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria. Sedangkan menurut Zakiah Daradjat, remaja adalah suatu masa peralihan atau pertumbuhan dari umur anak-anak menjadi dewasa yaitu 13 sampai 22 tahun.²⁷

Remaja adalah masa peralihan anak-anak menuju dewasa atau masa pubertas, yang dimana terjadinya perubahan pada fisik, biologis, mental, emosional, serta psikososial.

b. Kategori Usia Pada Remaja

Ada 3 tahap perkembangan remaja yaitu sebagai berikut:

1. Remaja Awal (*early adolescent*) berumur 12-15 tahun

Pada tahap iniakan terjadi perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan yang akan menyertai perubahan-perubahan itu,

²⁷Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), hlm. 10

mereka mengembangkan pemikiran baru sehingga cepat tertarik pada lawan jenis, mudah terangsang secara erotis, dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis ia sudah akan berfantasi erotik.

2. Remaja Madya (*middle adolescent*) berumur 15-18 tahun

Pada tahap ini remaja membutuhkan kawan-kawan, remaja senang jika banyak teman yang mengakuinya. Ada kecenderungan mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman yang sama dengan dirinya, selain itu ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimistis, idealitas atau materialis dan sebagainya.

3. Remaja Akhir (*late adolescent*) berumur 18-21 tahun

Pada tahap ini merupakan masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal yaitu sebagai berikut:

- a) Minat pada remaja makin mantap terhadap fungsi intelek.
- b) Egonya akan mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
- c) Terbentuknya identitas seksual yang tidak berubah lagi.
- d) Egosentrisme (terlalu mencari perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- e) Tumbuh dinding yang memisahkan diri pribadinya.
- f) Masyarakat umum.

c. Ciri-ciri Remaja

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut akan diterangkan secara singkat dibawah ini:

1. Masa remaja sebagai periode yang penting

Pada periode remaja baik langsung maupun akibat jangka panjang tetaplah penting. Perkembangan fisik yang begitu cepat disertai dengan perkembangan mental, terutama pada masaawal remaja. Perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

2. Masa remaja sebagai periode peralihan

Remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Jika seorang remaja berperilaku seperti anak-anak, maka ia akan diajari bertindak sesuai dengan umurnya. Kalau remaja berperilaku seperti orang dewasa, remaja sering dituduh terlalu besar ukurannya dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa.

3. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, maka perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Begitu juga dengan apabila perubahan fisik menurun maka perubahan perilaku dan sikap juga menurun.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi. Hal ini disebabkan pertama, masa kanak-kanak, masalah anak-anak kebanyakan masalahnya diselesaikan oleh guru-guru sehingga remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi permasalahannya.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat. Apakah ia seorang anak atau seorang dewasa? Apakah nantinya ia dapat menjadi seorang suami atau ayah?

6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotif budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja.

Menerima stereotif ini dan adanya keyakinan bahwa orang dewasa mempunyai pandangan yang buruk tentang remaja, membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit. Hal ini banyak menimbulkan pertentangan dengan orangtua dan antara orangtua dan anak terjadi jarak yang menghalang anak untuk meminta bantuan orangtua untuk mengatasi berbagai masalahnya.

7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-citanya semakin ia menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dengan mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan masa belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa, berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks. Remaja menganggap bahwa perilaku ini citra yang remaja inginkan.²⁸

²⁸Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1993), hlm. 221

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Diri

Menurut nativisme bahwa yang paling berpengaruh terhadap pembentukan diri seseorang adalah faktor pembawaan dari dalam yang bentuknya dapat berupa kecenderungan, bakat, akal, dan lain-lain. Jika seseorang sudah memiliki pembawaan atau kecenderungan kepada yang baik, maka dengan sendirinya orang tersebut menjadi baik.

Aliran ini tampak yakin terhadap potensi batin yang ada dalam diri manusia, Sedangkan menurut aliran empirisme bahwa faktor yang paling berpengaruh terhadap pembentukan diri seseorang adalah faktor dari luar, yaitu lingkungan sosial, termasuk pendidikan yang diberikan. Jika pendidikan yang diberikan kepada anak itu baik, maka baiknya anak itu demikian juga sebaliknya.²⁹

Faktor yang dapat mempengaruhi remaja dalam berperilaku ialah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ialah faktor dari dalam diri sendiri, bahwa remaja dapat mengontrol dan mengatur tingkah lakunya sendiri seperti remaja dapat mengembangkan bakat, berperilaku baik, dan lain-lain. Sedangkan faktor eksternal ialah faktor dari luar seperti lingkungan, keluarga, sekolah dan teman sebaya, yang dimana remaja dapat terpengaruh oleh lingkungannya sendiri. Apabila lingkungan keluarganya baik dan cara mendidik remaja baik maka remaja akan menjadi orang yang baik, begitu juga sebaliknya apabila remaja dipengaruhi oleh orang yang tidak baik, maka remaja akan terikut oleh lingkungan tersebut.

²⁹ Abuddin Nata, *Ahlak Tasawuf*, (Jakarta: Rajawali Press, 2011), hlm. 167

e. Perkembangan pada Remaja

1. Perkembangan Fisik

Perubahan fisik merupakan gejala primer pada remaja dalam pertumbuhan remaja, yang berdampak terhadap perubahan-perubahan psikologis. Beberapa perkembangan fisik pada remaja yaitu sebagai berikut:

a. Perubahan tubuh selama masa remaja

1) Perubahan eksternal

a) Tinggi badan

Rata-rata anak perempuan mencapai tinggi yang matang antara usia 17 tahun dan 18 tahun dan rata-rata anak laki-laki setahun sesudahnya. Anak pada masa bayi yang diberi imunisasi biasanya lebih tinggi dari usia keusia, dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi imunisasi yang dapat memperlambat pertumbuhan.

b) Berat badan

Perubahan berat badan mengikuti jadwal yang sama dengan perubahan tinggi. Perubahan badan hanya tersebar ke bagian tubuh yang mengandung sedikit lemak atau tidak mengandung lemak.

c) Proporsi tubuh

Berbagai anggota tubuh lambat laun mencapai perbandingan tubuh yang baik. Misalnya badan melebar dan memanjang sehingga anggota badan tidak lagi kelihatan panjang.

d) Organ seks

Baik organ seks pria maupun wanita mencapai ukuran yang matang pada akhir masa remaja tetapi fungsinya belum matang sampai beberapa tahun kemudian.

e) Ciri-ciri seks sekunder

Ciri-ciri seks sekunder yang utama berada pada tingkat perkembangan yang matang pada akhir masa.

2) Perubahan Internal

a) Sistem pencernaan

Perut menjadi lebih panjang dan tidak lagi terlampau berbentuk pipa, usus bertambah besar, otot-otot diperut dan dinding-dinding usus menjadi lebih tebal dan lebih kuat, hati bertambah berat dan kerongkongan bertambah panjang.

b) Sistem peredaran darah

Jantung tumbuh pesat selama masa remaja, pada usia 17 tahun atau 18 tahun beratnya 12 kali berat pada waktu lahir. Panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai tingkat kematangan bilamana jantung sudah matang.

c) Sistem pernafasan

Kapasitas paru-paru anak perempuan hampir matang padausia 17 tahun, anak laki-laki mencapai tingkat kematangan beberapa tahun kemudian.

d) Jaringan tubuh

Perkembangan kerangka berhenti rata-rata pada usia delapan belas. Jaringan selain tulang terus berkembang sampai tulang mencapai ukuran matang, khususnya bagi perkembangan otot.³⁰

Perkembangan fisik pada remaja merupakan suatu perubahan yang dialami oleh remaja pada bagian fisik laki-laki seperti suara menjadi besar, mengalami mimpi basah, kulit berminyak dan berjerawat, tumbuhnya rambut-rambut halus pada tempat-tempat tertentu.

Sedangkan pada perempuan yaitu payudara mulai tumbuh, muncul rambut halus, bentuk tubuh berubah seiring bertambahnya lemak tubuh, wajah dan kulit berminyak, dan mengalami menstruasi.

2. Perkembangan Psikis

Perubahan psikis adalah perubahan mengenai rohani seseorang seperti tingkah laku, sikap, mental, dan lain sebagainya. Perubahan psikis pada remaja yaitu sebagai berikut:

³⁰*Ibid.*, Elizabeth B. Hurlock, hlm. 211

- a. Keadaan emosi yang tidak stabil sehingga remaja mudah merasa gembira sekaligus mudah sedih. Keadaan ini emosi remaja menjadi meledak-ledak.
- b. Perasaan menjadi sangat peka atau sensitif. Situasi tertentu dapat menjadikan remaja mudah tersentuh dan tersinggung.
- c. Sikap mental agresif, ditunjukkan dalam bentuk suka menentang kepada aturan atau perintah. Ini muncul karena di dalam diri anak mulai merasakan bahwa ia sudah tidak mau lagi disebut sebagai anak kecil dan menganggap dirinya sudah dewasa dan berhak mengambil keputusan.
- d. Mulai mencari identitas diri seperti senang melakukan kegiatan bersama kelompoknya, senang melakukan hal-hal menantang, perasaan ingin tahu lebih besar terhadap suatu hal.³¹

Perkembangan psikis pada remaja mampu membuat perubahan pada remaja yang dimana remaja tidak mampu menahannya seperti remaja mengalami emosi yang tidak stabil, emosi remaja dapat berubah-ubah, lalu remaja memiliki sikap yang sensitif dan agresif sehingga membuat remaja mudah tersinggung dan suka menentang terhadap sesuatu yang remaja tidak inginkan.

3. Perkembangan psikomotorik

Perkembangan psikomotorik merupakan perubahan tingkah laku yang terjadi secara sadar dan sepanjang siklus kehidupan manusia yang

³¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2008), hlm. 34

dipengaruhi oleh biologis individual dan juga lingkungan sehingga dapat mengontrol gerakan-gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinasi antara saraf pusat dengan otot, seperti duduk, berjalan, berlari, meloncat, dan lain-lain.

Kemudian dapat melakukan gerakan halus seperti memegang, melempar dan sebagainya. Remaja disini memiliki rasa ingin tahu yang berkaitan dengan seks, ilmu pengetahuan, nilai-nilai moral dan keyakinan beragama. Perkembangan psikomotorik merupakan ranah yang berkaitan dengan keterampilan (*skill*) atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar.³²

f. Tugas Perkembangan Remaja

Masa remaja ialah salah satu periode dalam rentang kehidupan. Masa remaja ialah segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa. Untuk melakukan sosialisasi yang baik, remaja harus menjalankan tugas-tugas perkembangan dengan baik.

Adapun tugas perkembangan remaja menurut Havighurst yang dikutip oleh Gunarsa, sebagai berikut:

1. Menerima kenyataan terjadinya perubahan fisik yang dialami dan dapat melakukan peran sesuai dengan jenisnya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut.

³²Sugiartini, *Peranan Guru Dalam Pengembangan Aspek Psikomotorik Anak Usia Dini*, (Palopo: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Palopo, 2014), hlm. 14

2. Belajar memiliki peranan sosial dengan teman sebaya, baik teman sejenis maupun lawan jenis sesuai dengan jenis kelamin masing-masing.
3. Mencapai kebebasan dari ketergantungan terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya.
4. Mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep-konsep tentang kehidupan masyarakat.
5. Mencari jaminan bahwa suatu saat harus mampu berdiri sendiri dalam bidang ekonomi untuk mencapai kebebasan ekonomi.
6. Mempersiapkan diri untuk menentukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan kesanggupannya.
7. Memahami dan mampu bertingkah laku yang dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku.
8. Memperoleh informasi tentang pernikahan dan mempersiapkan diri untuk berkeluarga.
9. Mendapatkan penilaian bahwa dirinya mampu bersikap tepat sesuai dengan pandangan ilmiah.³³

4. Game Online

a. Pengertian Game Online

Game online merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan dengan internet. Game online merupakan aplikasi permainan yang terdiri dari beberapa genre yang memiliki aturan main dan tingkatan tertentu. Bermain

³³Gunarsa, S.D., dan Gunarsa, Y.S., *Psikologis Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001), hlm. 39

game online memberikan rasa penasaran dan kepuasan psikologis sehingga membuat pemain semakin tertarik dalam memainkannya.³⁴

Kecanduan dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan ketergantungan secara fisik pada suatu obat bius. Kata kecanduan dipakai dalam konteks klinis dan diperhalus dengan perilaku berlebihan.

Kecanduan game online adalah salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet. Seperti yang disebutkan bahwa internet dapat membuat kecanduan. Adiksi game online adalah ketergantungan individu secara berlebihan terhadap game online dengan ingin melakukan secara terus-menerus yang pada akhirnya menimbulkan efek negatif pada fisik maupun psikologis individu.

b. Ciri-ciri Kecanduan Game Online

Kecanduan game online hampir sama dengan jenis kecanduan yang lain, akan tetapi kecanduan game online dimasukkan kedalam golongan kecanduan psikologis dan bukan kecanduan fisik. Terdapat 7 ciri-ciri dari kecanduan game online yaitu sebagai berikut:

1. *Saliance*, apabila bermain game menjadi aktivitas yang sangat penting dalam hidup seseorang dan mendominasi pemikiran, perasaan, dan tingkah lakunya.
2. *Tolerance*, saat dimana seseorang mulai bermain lebih sering, sehingga meningkatnya waktu yang dibutuhkan untuk bermain.

³⁴ Emria Fitri, Lira Erwinda, dkk, *Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan Dan Konseling, Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Volume 4, Nomor. 3, November 2018, hlm. 213

3. *Mood Modification*, hal ini mengacu pada pengalaman subjektif melalui bermain game, mereka mengalami perasaan yang menggairahkan atau merasakan ketenangan.
4. *Withdrawal*, adalah perasaan tidak nyaman atau efek fisik yang timbul ketika kegiatan bermain game dikurangi atau dihentikan, misalnya murung dan mudah marah.
5. *Relapse*, adalah kecenderungan untuk melakukan kegiatan bermain game secara berulang, kembali ke pola awal (kambuh) atau bahkan lebih buruk.
6. *Conflict*, mengacu pada konflik antara pemain game dan orang-orang disekitar mereka, konflik dengan kegiatan lain (sekolah, pekerjaan, kehidupan sosial, hobi dan minat) atau dari dalam diri individu itu sendiri yang khawatir terlalu banyak waktu yang dihabiskan untuk bermain game.
7. *Problem*, mengarah pada masalah yang diakibatkan oleh penggunaan game yang berlebihan. Masalah bisa timbul terhadap individu itu sendiri.³⁵

Ciri-ciri kecanduan game online pada remaja ialah bermain game dengan waktu yang terlalu lama dalam sehari yang dapat menghabiskan waktu selama 10-14 jam dalam sehari, menghabiskan waktunya hanya bermain game tanpa menjalani aktivitas lain seperti bermain dengan teman, memiliki kebiasaan berbohong kepada orang lain, mudah mengalami

³⁵ Emria Fitri, dkk, *Jurnal Konseling Indonesia.com*, Vol 6, No. 2, 2018. hlm. 62-66

emosipada diri remaja, dan jarang berbicara, jika berbicara hanya sedikit membicarakan hal lain.

c. Jenis-jenis Game Online

Jenis game online yang sering dimainkan oleh remaja yaitu sebagai berikut:

1. *First-Person Shooter Games* (FPS)

Permainan ini mengambil pandangan orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan, dimana setiap tokoh memiliki kemampuan berbeda dalam tingkat akurasi, reflex, dan lainnya. Pemain melibatkan banyak orang dan biasanya pemain ini mengambil setting peperangan dengan senjata-senjata militer. Contohnya seperti Counter Strike, Call of Duty, Point Blank, Quake, Blood, Golden Eye 007, Free Fire, dan System shock.

2. *Real-time Strategi Game*

Pemain jenis ini menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas dimana pemain harus mengelola suatu dunia maya dan mengatur strategi dalam waktu apapun. Permainan bisa berupa sejarah seperti seri Age of Empires, fantasi misalnya warcraft, dan fiksi ilmiah misalnya Star wars.

3. *Massively Multiplayer Online Role Playing Games* (MMORPG)

Jenis permainan dimana pemain bermain dalam dunia yang berskala besar, dimana setiap pemain dapat berinteraksi langsung seperti halnya

dunia nyata. Contoh permainannya ialah World of Warcraft, The Lord Of Rings, Final Fantasi, dan DOTTA.

4. *Cross-platform Online Play*

Jenis permainan yang dapat dimainkan secara online dengan perangkat yang berbeda. Seperti Dreamcast, dan Playstation 2.

5. *Massively Multiplayer Online Browser Game*

Permainan yang dimainkan pada browser seperti Mozilla, Firefox, Opera, atau Internet Explorer.³⁶

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online

Secara umum ada 3 faktor yang mempengaruhi kecanduan game online yaitu gender, kondisi psikologis dan jenis game. Adapun penjelasannya yaitu sebagai berikut:

1. Gender atau jenis kelamin, laki-laki dan perempuan sama-sama tertarik dengan game online. Laki-laki lebih mudah untuk bisa kecanduan game online dan menghabiskan banyak waktu untuk game dibandingkan dengan perempuan.
2. Kondisi psikologis, Pemain game online sering bermimpi mengenai game, karakter mereka dan berbagai situasi. Fantasi yang ada pada game sangat kuat, membawa pemain dan menjadi alasan bagi pemain untuk melihat permainan itu kembali. Pemain merasa bahwa bermain game itu menyenangkan dan memberi kesempatan untuk mengekspresikan dirinya karena jenuh terhadap kehidupan nyata remaja.

³⁶*Ibid., Jurnal Konseling Indonesia. com*, Vol 6 No.2, 2018. hlm. 211-219

3. Jenis game, setiap pemain memiliki ketertarikan yang berbeda pada jenis game tertentu. Pemain dapat kecanduan karena pemain baru atau pemain yang menantang dan menimbulkan rasa penasaran dalam dirinya sehingga pemain semakin termotivasi untuk memainkannya.³⁷

Adapun faktor yang menyebabkan remaja kecanduan game online ialah *pertama*, dari faktor internal, yaitu adanya dorongan dari dalam diri sendiri yang membuat rasa penasaran terhadap game online, sehingga remaja menjadi nyaman dan ketagihan dalam bermain game online. *Kedua*, faktor eksternal yaitu lingkungan, keluarga, teman, sekolah, yang dimana remaja dapat terpengaruh dengan orang-orang yang berada didekatnya seperti di lingkungan sehingga terikut dengan kecanduan game online.

e. Dampak Kecanduan Game Online

Ada beberapa dampak positif dari game online yang bisa memanfaatkannya dengan baik dalam bermain game online, yaitu mengasah kemampuan bisa meningkatkan kemampuan belajar bahasa Inggris pada remaja karena di dalam game menggunakan bahasa Inggris bahasa utama, meningkatkan ketajaman mata dengan cepat, dapat menghilangkan stres, lalu dapat mempelajari tentang pengetahuan umum di game seperti sejarah, tokoh-tokoh terkenal, dan sebagainya.

Kemudian memainkan game dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan di dalam kehidupan sehari-hari seperti, belajar dengan

³⁷*Ibid.*, Emria Fitri, Lira Erwinda, dkk, hlm. 214-215

menggunakan game dan keterampilannya seperti game desain rumah, game perdagangan saham, dapat menambah teman, dan sebagainya .³⁸

Sedangkan dampak negatif dari kecanduan game online yaitu: bermain game secara berlebihan dapat membuat seseorang menjadi ketagihan, adanya rasa malas dalam diri untuk melakukan aktifitas yang lain, mengakibatkan kesehatan remaja menurun, ketidakmampuan dalam mengontrol emosi, menghambur-hamburkan waktu dan uang dengan sia-sia, membuat seseorang lupa akan waktu baik makan, waktu pulang, waktu tidur, waktu beribadah dan sebagainya, dapat membuat mata rusak, dan sering berbohong kepada orangtua.³⁹

5. Hubungan dengan Prodi Bimbingan Konseling Islam

Dalam hal ini hubungan *self management* dengan Bimbingan Konseling Islam ialah saling berhubungan karena *self management* ialah salah satu teknik konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku individu yang dapat mengatur dan mengontrol perilakunya sendiri dengan bantuan seorang peneliti dan mencapai tujuan yang diinginkan. Sama halnya dengan BKI, seorang konselor dapat membantu dalam menyelesaikan masalah konseli dengan sukarela dan menjaga kerahasiaan masalah konseli.

6. Pandangan Islam Terhadap Game Online

Psikologi Islam merupakan sebuah bidang ilmu yang mengkaji tentang perilaku dan kejiwaan manusia dengan tujuan membentuk pribadi manusia

³⁸Sri Wahyuni Adningtiyas, *Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online*, *Jurnal KOPASTA*, Volume 4, Nomor. 1, 2017, hlm. 28-40

³⁹Tantri Widyarti Utami, *Kecanduan Game Online Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja*, *Jurnal Keperawatan*, Volume 12, Nomor. 1, Maret 2020

yang lebih baik dan sempurna yang didalamnya mengupas hal-hal yang berkaitan dengan kepribadian, kejiwaan, dan pembentukan manusia yang kerangka konsepnya diambil di dalam Al-Qur'an dan Hadist serta kajian-kajian ilmiah yang tidak bertentangan dengan ajaran Islam. Hadirnya psikologi Islam ialah untuk meluruskan psikologi barat yang kebanyakan pemikirannya tidak sesuai dengan pemikiran Islam seperti bermain game online.

Jika dilihat dari pandangan Islam game online merupakan sesuatu yang baru dan belum ada hukumnya di Al-Qur'an maupun Hadist. Pengambilan hukum sesuatu yang baru dapat dilakukan dengan menarik hukum asal perkara tersebut, di dalam Usul Fikh ada kaidah yang menyatakan:

“Hukum asal segala sesuatu itu mubah, sampai ada dalil yang jelas yang melarangnya (memakruhkannya atau mengharamkannya).” (imam as-Sayuthi dalam al-Asyba'wan Nadhoir):43)⁴⁰

Berkenaan dengan game online menurut kaidah di atas dihukumi boleh selama game tersebut tidak menimbulkan kemudharatan sehingga dapat menggugurkan hukum asal dari game tersebut.

Menurut Virdaus 2018, ada beberapa asas didalam sebuah permainan yaitu sebagai berikut:

1. Sebuah permainan harus halal secara syar'i, seperti kuis edukasi, olahraga, permainan angka, menyusun balok, dan sebagainya. Kemajuan teknologi dapat membuat game online semakin bervariasi macamnya,

⁴⁰Dedi Supriadi, *Ushul Fiqh Perbandingan*, Cet. I, (Bandung: CV Pustaka Media, 2014), hlm. 41

banyak game online saat ini sistem memperjual belikan koin di dalamnya agar dapat bermain. Islam melarang segala sesuatu yang ada unsur perjudian di dalamnya, dan segala permainan yang ada unsur taruhannya termasuk dalam kategori perjudian. Ada banyak dampak di dalam perjudian seperti, merugikan materi, mengakibatkan kecanduan, dan apabila menang akan menjadi menggebu-gebu untuk menambah pundi-pundi koin yang di dapat, dan apabila kalah merasa tertantang mencobanya kembali untuk mengembalikan modal yang telah hilang.

2. Permainan tidak boleh melalaikan kita terhadap kewajiban, seperti ibadah, belajar, sekolah, bekerja, dan sebagainya.
3. Permainan tidak boleh membahayakan, seperti mengalami penurunan ketajaman penglihatan dan menurunkan kualitas tidur seseorang.

Dari ketiga asas tersebut, dapat dipahami bahwa memainkan game online secara berlebihan banyak memberikan dampak negatif bagi para pemainnya maupun orang sekitarnya. Islam sendiri menganjurkan kita untuk menjauhi sesuatu yang dapat membahayakan kita, Islam juga membenci orang yang menyia-nyiakan waktunya untuk kegiatan yang tidak bermanfaat karena ini merupakan pekerjaan setan. Orang yang kecanduan game online setidaknya akan menghabiskan sebagian besar waktunya hanya untuk bermain game online dan lupa akan kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai manusia.

Dalam agama Islam game atau permainan menjadi haram ketika ada unsur haram di dalamnya, berikut batasan-batasannya:

1. Memastikan bahwa materi permainan yang disajikan tidak bertentangan dengan prinsip pokok dalam agama Islam, baik di ranah akidah, akhlak maupun ibadah. Banyak permainan yang membawa agenda terselubung dalam merusak moral generasi muda bangsa kita.
2. Hendaknya game dimainkan sesuai dengan porsinya, jangan sampai hiburan menyita seluruh waktu, menghalangi dari aktivitas lainnya dan mengambil waktu-waktu belajar dan kerja.⁴¹

Al-Mahadi mengatakan bahwa bentuk taruhan yang diharamkan adalah segala sesuatu yang meragukan, antara dapat untung dengan mengalami kerugian. Sedangkan menurut Syikh Muhammad Nawawi dalam kitab Syarih Sullham At-Taufiq yang artinya: “Dan setiap sesuatu yang termasuk taruhan, seperti halnya permainan anak-anak yang menggunakan polo dan permainan dengan tulang pahadomba’

Keterangan sulham At-Taufiq di atas bahwasanya permainan yang mengandung untung-untungan maupun undian yang mengharuskan para pemainnya mengeluarkan barang atau uang hukumnya adalah haram. Permainan ini dinamakan perjudian.

Sedangkan menurut Buya Yahya, game online apapun yang menghasilkan uang itu jatuhnya judi sehingga haram. Sementara bagi pembuat game online, Buya Yahya menjelaskan bahwa jika selama tidak

⁴¹Fatwa Majelis Tarjih dan Tajdid Muhammadiyah *Tentang Hukum Bermain Game Online*

mengganggu aktivitas seseorang maka tidak masalah. Tetapi jika sudah membuat orang lalai hingga meninggalkan shalat maka itu termasuk haram.⁴²

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi peneliti dan untuk membandingkan antara penelitian yang satu dengan yang lainnya yang dijadikan sebagai rujukan untuk melakukan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti diantaranya:

Tabel I
Penelitian Terdahulu

NO	Nama/ Judul/ Bentuk Tulisan/ Prodi	Masalah	Metodologi	Hasil
1	Cahaya Elyza Dalimunthe/ Pendekatan Dengan Teknik Konseling <i>Self</i> Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Melalui Layanan Konseling Individual di SMP AL-Hidayah Medan/ Skripsi/ Prodi BKI Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UINSU	Kecanduan game online yang dapat mengganggu prestasi belajar para siswa di sekolah dalam proses pembelajaran	Menggunakan layanan konseling individual untuk menciptakan suasana yang kondusif untuk melakukan eksplorasi diri sehingga mengetahui hambatan-hambatan yang terjadi pada siswa	Dapat mengatasi permasalahan kecanduan game online dengan menggunakan layanan konseling individual pada siswa

⁴²Maya Alimuddin, *Hukum Main Game Online dalam Islam, Buya Yahya: Jika Buat Orang Lalai itu Haram*, Jurnal Palopo.com, diakses pada tanggal 21 Desember 2021 pukul 20: 50 WIB

	Medan2019			
2	Lilis Santika/ Efektifitas Teknik <i>Self Management</i> Dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone- Bone Kabupaten Luwu Utara/ Skripsi/ Prodi BKI Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo 2019	Kecanduan game online pada remaja di Desa Patoloan	Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif menggunakan teknik <i>self management</i>	Dapat mengubah danmengontrol tingkah laku remaja kearah tingkah laku yang efektif
3	Roza Mairistia/ Kecanduan Game Online dan Penanganannya pada Siswa SMP di Kota Madya Sabang/ Skripsi/ Prodi BK Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar- Raniry Darussalam, Banda Aceh 2020	Kecanduan game online pada siswa	Peneliti menggunakan <i>purposive sampling</i> yaitu pengambilan sampel dengan cara memilih anggota populasi tertentu yang dijadikan sampel	Memperoleh hasil dari ketertarikan terhadap game online yang didapat ialah bahwa siswa bermain game online terlalu berlebihan dalam sehari
4	Meyza Rahmawati/ Efektivitas pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT)dengan Teknik <i>Self Management</i> Untuk Mengurangi Penggunaan Online Game Secara Berlebihan Pada Peserta Didik Kelas XI di SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung	Mengurangi penggunaan game online secara berlebihan terhadap siswa SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung	Peneliti menggunakan desain eksperimen <i>protes-posttest control group design</i> menggunakan <i>self management</i>	Terdapat 2 kelas peserta didik yang banyak menggunakan game online secara berlebihan dengan kategori tinggi , pendekatan CBT dapat mengurangi penggunaan game online

	Tahun Pelajaran 2016/2017/ Skripsi/ Prodi BK Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung 2017			
5	Tumiyem dan Dessy Nita Br. Sembiring/ Program BK Dalam Mengurangi Kecanduan Game Online Oleh Siswa Kelas VIII SMP Melati Binjai Tahun 2017/2018/ Jurnal	Kecanduan game online pada siswa SMP Melati Binjai	Peneliti menggunakan Layanan konseling kelompok dengan penelitian eksperimen dengan satu variabel	Program BK dapat diterapkan di SMP Melati Binjai terhadap kecanduan game online dan diberikan kepada 31 siswa dan mendapatkan hasil yang diinginkan.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini, ada dua alasan mengapa peneliti mengambil lokasi penelitian yaitu sebagai berikut:

a. Secara Teoritis

Peneliti melihat bahwa masih banyak remaja yang kecanduan game online di lingkungan tersebut, dan *self management* bagus diterapkan di Kelurahan Padang Bulan dalam menangani remaja yang kecanduan game online yang ditinjau dari segi fisik, psikis dan psikomotorik.

b. Secara Praktis

Dalam pemilihan lokasi penelitian ini, peneliti lebih mudah menjangkau lokasi penelitian, kemudian karena adanya keterbatasan dana dalam penelitian serta waktu.

Lokasi penelitian yang akan dilakukan peneliti berlokasi di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu dan berbatasan dengan:

- a. Sebelah Timur berbatasan dengan Provinsi Riau.
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan Kabupaten Labuhan Batu Selatan.
- c. Sebelah Barat berbatasan dengan Kabupaten Labuhan Batu Utara.

d. Sebelah Utara berbatasan dengan Selat Malaka.⁴³

2. Waktu penelitian

Penelitian ini direncanakan mulai bulan Januari 2021 sampai hingga selesai proses penelitian seperti tabel di bawah ini:

Tabel II
Jadwal Penelitian

NO	Kegiatan	Waktu Penelitian										
		Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags	Sep	Okt	Nov
1	Seminar Judul											
2	Pembuatan Proposal											
3	Bimbingan Proposal											
4	Seminar Proposal											
5	Revisi Proposal											
6	Bimbingan Skripsi											
7	Selesai Penelitian											

B. Jenis Penelitian

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang dilakukan di lapangan bertujuan untuk memperoleh informasi dan mendeskripsikan peristiwa, kejadian yang terjadi di lapangan sesuai dengan fakta yang di temukan di lapangan. Sedangkan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan

⁴³ Napsir, Kepala Desa Kelurahan Padang Bulan, *Wawancara* di Kantor Kepala Desa Kelurahan Padang Bulan pada tanggal 6 Maret 2021

kualitatif dengan analisis deskriptif. Metode Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari individu perilaku yang diamati.⁴⁴ Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya penelitian ini merupakan penelitian untuk mengumpulkan data, menyajikan informasi selanjutnya mendeskripsikan keadaan sebenarnya yang terjadi di lapangan mengenai penerapan *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online di kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

C. Informan Penelitian

Informan adalah keseluruhan orang yang di data, kemudian dipecah dalam sumber data sesuai dengan primer dan skunder. Untuk memperoleh data informasi maka dibutuhkan informan penelitian. Informan adalah orang yang diwawancarai, diminta informasi oleh peneliti. Jumlah informasi bukanlah kriteria utama, akan tetapi lebih ditentukan kepada sumber data yang dapat memberikan informasi.⁴⁵ Adapun informan dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 15-21 tahun berjumlah dua puluh (20) orang di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

⁴⁴Lexy. J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 4.

⁴⁵Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 155

D. Sumber Data

Adapun sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumbernya atau objek penelitian. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 15-21 tahun berjumlah sepuluh (10) orang di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data pelengkap atau pendukung dari sumber data primer yang berkaitan dengan penelitian ini.⁴⁶ Dalam penelitian ini data sekunder diperoleh melalui orangtua berjumlah 5 orang, alim ulama berjumlah 2 orang, dan masyarakat berjumlah 3 orang yang berada di lingkungan yang akan diteliti di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data dan informasi agar tercapai apa yang peneliti cari dalam pemecahan masalah penelitian ini, maka peneliti menetapkan alat pengumpul datanya yaitu sebagai berikut:

1. Wawancara

Wawancara adalah pertemuan langsung dengan informan penelitian serta mengumpulkan informasi dari hasil percakapan dari informan dengan

⁴⁶ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), hlm. 39

mengajukan pertanyaan-pertanyaan secara lisan dan langsung tatap muka antara interview dengan narasumber.

Menurut Mulyana, wawancara adalah bentuk komunikasi antara dua orang, melibatkan seseorang yang ingin memperoleh informasi dari seseorang dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, berdasarkan tujuan tertentu.⁴⁷ Dalam hal ini, wawancara peneliti ditujukan kepada remaja-remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu dengan memberikan pertanyaan tentang bermain game online, seperti: game apa yang dimainkan oleh remaja tersebut? berapa lama remaja bermain game online? berapa kali remaja bermain game online dalam sehari? apa faktor yang membuat remaja menjadi kecanduan bermain game online? dan sebagainya.

Peneliti menggunakan wawancara terstruktur, sering disebut juga wawancara baku, yang susunan pertanyaannya sudah ditetapkan sebelumnya (biasanya tertulis). Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi serta penjelasan mengenai remaja yang kecanduan bermain game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

2. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan penginderaan. Observasi dilakukan dengan tujuan membantu untuk memudahkan

⁴⁷ Deddy Mulyana, *Metodelogi Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2003), hlm. 180

penelitian dan melihat secara ril. Observasi yang peneliti lakukan adalah observasi non partisipan, yaitu observer tidak ikut di dalam kehidupan orang yang di observasi, dan secara terpisah berkedudukan sebagai pengamat. Dalam hal ini penulis melakukan observasi terhadap remaja-remaja di kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses pengumpulan, pemilihan, pengolahan, dan penyimpanan informasi di bidang pengetahuan, yang memberikan bukti seperti kutipan, gambar, dan sebagainya.

F. Teknik Tindakan Penelitian Lapangan

Adapun langkah-langkah penelitian tindakan ini mengikuti model kemmis dan Teggart, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.⁴⁸ Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah tindakan lapangan. Metode tindakan lapangan adalah metode dengan melakukan (*Learning By Doing*), melalui sesuatu untuk memecahkan, mengamati bagaimana keberhasilan usaha mereka, jika belum berhasil, mereka akan mencoba lagi.⁴⁹

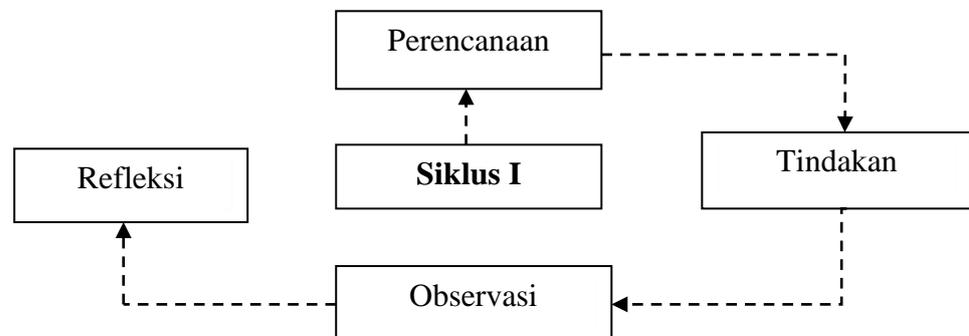
Adapun prosedur penelitian mengikuti model Kemmis dan Teggart, yaitu:

⁴⁸Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hlm. 216.

⁴⁹*Ibid.*, hlm. 234.

Siklus I

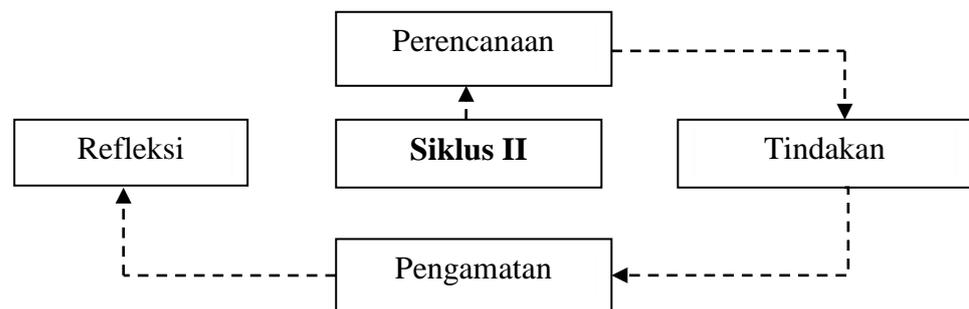
Perencanaan Refleksi Siklus I Tindakan Pengamatan



Sumber: Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*

Siklus II

Perencanaan Refleksi Siklus II Tindakan Pengamatan



Sumber: Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*

1. Prosedur Pelaksanaan Siklus I

Siklus I dilakukan dengan dua kali pertemuan (tatap muka).

Adapun tahapan pada siklus I terdiri dari 4 tahap yaitu:

a. Tahap Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti yaitu:

- 1) Melakukan observasi awal ke tempat penelitian.

- 2) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada remaja.
- 3) Mempersiapkan jadwal pelaksanaan tentang penerapan *self management* pada remaja
- 4) Menyiapkan perencanaan observasi kepada remaja.

b. Tindakan

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata, tindakan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada remaja, dan menjelaskan materi yang akan diberikan kepada remaja tentang game online seperti; apa itu game online, ciri-ciri dari game online, apa saja jenis-jenis dari game online, dampak dari game online terhadap diri sendiri, faktor dari game online, menjelaskan tentang *self management*, apa maksud dan tujuan maupun manfaat dari *self management*, dan sebagainya.
- 2) Peneliti memberi kesempatan kepada remaja untuk memahami materi yang disampaikan peneliti.
- 3) Peneliti memberikan kesempatan kepada remaja untuk saling memberikan solusi.

4) Peneliti memberikan pujian kepada remaja setelah selesai melakukan tindakan.

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja. Observasi ini bertujuan untuk melihat keadaan remaja ketika berada di lingkungan masyarakat.

d. Refleksi

Setelah diadakan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan *self management*. Jika masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai indikator tindakan yang telah ditetapkan pada penelitian ini maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan *self management* pada siklus berikutnya.

2. Prosedur Pelaksanaan Siklus II

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Tahapan siklus II yaitu:

a) Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Melakukan observasi ke tempat penelitian.
- 2) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada orangtua remaja dan remaja.
- 3) Mempersiapkan materi atau nasehat yang akan disampaikan kepada remaja seperti nilai-nilai Islam yang melarang perbuatan yang dilakukan remaja.

b) Tindakan

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan nyata, tindakan yang akan dilakukan yaitu sebagai berikut:

- 1) Peneliti menjelaskan materi tentang waktu dan orangtua, seperti; memberikan arahan tentang waktu bahwa waktu sangat berharga bagi diri kita, waktu banyak terbuang dengan sia-sia, waktu sangat bermanfaat bagi kita, menjelaskan materi orangtua seperti; pengertian orangtua, tugas dari orangtua, peran orangtua terhadap anaknya, tujuan orangtua dalam menafkahi keluarganya dan sebagainya, lalu memberikan materi tentang keislaman seperti; tentang remaja, remaja sebaiknya sudah mengetahui hal baik dan buruk, tujuan dari remaja, peran remaja terhadap orangtua dikaitkan dengan keislaman agar remaja mampu memahami dan mengakui kesalahan remaja tersebut.

- 2) Peneliti memberikan arahan tentang permasalahan remaja.
- 3) Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatannya dan apa akibat dari perbuatannya.

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan untuk melihat kembali perubahan tentang remaja.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan tersebut. Setelah direfleksikan akan dibandingkan dengan data observasi dan hasil perubahan pada remaja dalam kehidupan sehari.

G. Teknik Pengolaan dan Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain. Sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Pengolahan dan analisis data dilaksanakan setelah data terkumpul secara kualitatif yang akan disajikan dalam bentuk deskriptif (menggambarkan/menguraikan) yang dimulai dengan langkah-langkah berikut:

1. Reduksi Data

Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang direduksi

memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan dan selanjutnya mencarinya bila diperlukan.

2. Penyajian Data

Setelah data reduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan menyajikan data maka akan memudahkan untuk dipahami.

3. Penarikan Kesimpulan

Setelah data disajikan maka ditarik berupa kesimpulan yang menjadi inti dari penelitian tersebut sehingga diperoleh poin penting dari data yang telah disajikan.⁵⁰

H. Teknik Keabsahan Data

Adapun hal-hal yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan data yang akurat adalah sebagai berikut:

1. Perpanjangan Keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti sangat meentukan dalam pengumpulan data. Keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan peneliti pada latar penelitian.

2. Ketekunan Pengamatan

Ketekunan pengamatan dalam penelitian ini bermaksud menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relavan dengan persoalan atau isu yang sedang cari dan kemudian memuaskan diri pada

⁵⁰ Sugiyono, *Metode Peneltian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 320

hal-hal tersebut secara rinci. Dengan kata lain, jika perpanjangan keikutsertaan menyedia lingkup, maka ketekunan pengamatan menyediakan kedalam.

3. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Penjamin keabsahan data yang digunakan dengan teknik triangulasi. Teknik triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu diluar data yang diperleh untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding. Hal itu dilakukan dengan cara membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara dengan orangtua, dengan remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaen Labuhan Batu.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum

1. Letak Geografis

Lokasi penelitian yang akan dilakukan peneliti berlokasi di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu dan berbatasan dengan:

- a. Sebelah Timur berbatasan dengan Provinsi Riau.
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan Kabupaten Labuhan Batu Selatan.
- c. Sebelah Barat berbatasan dengan Kabupaten Labuhan Batu Utara.
- d. Sebelah Utara berbatasan dengan Selat Malaka.⁵¹

2. Sejarah Singkat Kelurahan Padang Bulan

Kelurahan Padang Bulan adalah salah satu kelurahan yang berada dalam wilayah Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu. Dasar pembentukan kelurahan Padang Bulan adalah hasil pemekaran dari Kelurahan Sirandorung Kecamatan Bilah Hulu yang mula bernama Kelurahan Persiapan Padang Bulan dan akhirnya menjadi Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara pada tahun 1996.⁵²

Luas Kelurahan Padang Bulan yaitu kurang lebih 335 Ha, kelurahan Padang Bulan terbagi atas 11 lingkungan yang terdiri dari

⁵¹ Napsir, Kepala Desa Kelurahan Padang Bulan, *Wawancara di Kantor Kepala Desa Kelurahan Padang Bulan* pada tanggal 6 Maret 2021

⁵² Napsir Rambe, Lurah Padang Bulan, *Wawancara di Kelurahan Padang Bulan* pada tanggal 17 September 2021

daerah pemukiman/perumahan, perkantoran, pertokoan, dan sebagainya. Kelurahan Padang Bulan terbagi menjadi beberapa daerah diantaranya lingkungan setia, lingkungan Nenas I, lingkungan Nenas II, lingkungan Padang Bulan, lingkungan Balai Desa, lingkungan Gang Aman, lingkungan Sumber Beji A, lingkungan Sumber Beji B, lingkungan Kampung Sawah, dan lingkungan terminal.

Berikut merupakan tabel tentang luas wilayah kelurahan yang menjadi daerah lokasi penelitian.

Tabel III
Luas Wilayah Kelurahan Padang Bulan

NO	Lingkungan	Luas Wilayah
1	Setia	20 Ha
2	Nenas I	15 Ha
3	Nenas II	17 Ha
4	Padang Bulan	25 Ha
5	Balai Desa	25 Ha
6	Gang Aman	15 Ha
7	Sumber Beji A	25 Ha
8	Sumber Beji B	35 Ha
9	Kampung Sawah	75 Ha
10	Terminal I	48 Ha
11	Terminal II	35 Ha
Jumlah	11 Lingkungan	335 Ha

Sumber: *Profil Kelurahan Padang Bulan 2020*⁵³

3. Keadaan Penduduk Kelurahan Padang Bulan Berdasarkan Data Umum PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga)

Kelurahan Padang Bulan bila ditinjau dari segi kependudukan maka jumlah penduduk Kelurahan Padang Bulan seluruhnya

⁵³ Dokumentasi, *Data Kelurahan Padang Bulan*, pada tanggal 17 September 2021

berjumlah 16.050 jiwa dengan rincian 8082 laki-laki dan 7068 jiwa perempuan dengan jumlah kepala keluarga 4524 kepala keluarga.

Untuk mengetahui klasifikasi jumlah penduduk Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu menurut data umum PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel IV
Jumlah Penduduk Kelurahan Padang Bulan Berdasarkan Data Umum PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) dan Jenis Kelamin

NO	Nama Lingkungan	Jumlah Penduduk		Jumlah Jiwa
		LK	PR	
1	Setia	714	764	1478
2	Nenas I	536	452	988
3	Nenas II	628	608	1236
4	Padang Bulan	787	841	1628
5	Balai Desa	1287	984	2271
6	Gang Aman	472	491	963
7	Sumber Beji A	548	453	1001
8	Sumber Beji B	715	865	1580
9	Kampung Sawah	1092	976	2068
10	Terminal I	763	822	1585
11	Terminal II	540	712	1252
Jumlah		8.082	7.968	16.050

Sumber: Data penduduk Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.⁵⁴

4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian

Mata pencaharian merupakan aktifitas penduduk untuk memperoleh nafkah secara maksimal. Setiap aktifitas penduduk dalam memperoleh nafkahnya mempunyai mata pencaharian yang

⁵⁴Dokumentasi, *Data Penduduk Kelurahan Padang Bulan*, pada tanggal 17 September 2021

berbeda-beda. Lingkungan geografis yang meliputi iklim, tanah, sumber-sumber yang terkandung di dalamnya akan mempengaruhi kegiatan penduduk dalam usahanya. Begitu pula dengan penduduk di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu. Keadaan kehidupan sehari-hari masyarakat Kecamatan Rantau Utara adalah sebagian besar petani/perkebun, sebagian di industri, dan sebagian berprofesi sebagai PNS/TNI/Polri, dan lainnya.

Hal ini dapat dilihat dari tabel di bawah ini:

Tabel IV
Persentase Tenaga Kerja Menurut Lapangan Pekerjaan di Kecamatan Rantau Utara

NO	Jenis Pekerjaan	Jumlah	Persentase %
1	Petani/perkebun	1803	11,23
2	Industri	1870	11,65
3	PNS/TNI/Polri	1500	9,35
4	Lainnya	10877	67,77
Jumlah		16050	100,00

Sumber: Kantor Camat Rantau Utara kabupaten Labuhan Batu

5. Jumlah Remaja yang Kecanduan dalam Bermain Game Online yang Diwawancarai

Tabel VI
Jumlah Remaja yang Kecanduan dalam Bermain Game Online yang Diwawancarai

NO	Nama Remaja	Umur	Status
1	Jefriansyah	18 Tahun	SMA

2	Safrian	15 Tahun	SMP
3	Ardiansyah	16 Tahun	SMA
4	Andre Ramadan	18 Tahun	SMA
5	Dimas	16 Tahun	SMA
6	Alqi Alfazri	18 Tahun	SMA
7	Fauzan	16 Tahun	SMA
8	Hubban	19 Tahun	Kuliah
9	Bowo	19 Tahun	Tamat SMA
10	Ade	18 Tahun	SMA

B. Temuan Khusus

1. Kondisi Remaja yang Kecanduan Game Online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu

Game Online tidak asing lagi di dunia remaja, karena bagi remaja game online mengasyikkan, menyenangkan, dan mempunyai dunia tersendiri. Bahkan ada yang kecanduan dalam bermain game online hingga lupa dan tidak memperdulikan orang lain yang ada di sekitarnya. Begitu juga pada remaja di Kelurahan Padang Bulan, remaja hanya menghabiskan waktunya bermain dan bergaul dengan teman yang kecanduan game online sehingga remaja selalu melalaikan waktunya di dalam kehidupan sehari-hari seperti waktu belajar bekerja dan lain-lain.

Bermain game online mengakibatkan remaja kesulitan dalam berinteraksi dan menjalin hubungan dengan orang lain dan dapat menghambat perkembangan emosional.

Kondisi remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan yaitu:

a. Bermain Game Online

Bermain game online adalah game yang dimainkan secara online oleh banyak pemain dengan menggunakan jaringan internet. Game online juga bisa diakses dengan menggunakan PC (komputer) maupun dengan *smartphone*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan saudara Alqi, mengatakan bahwa:

“Kebanyakan remaja di sini selalu menghabiskan waktunya dengan bermain game online”⁵⁵

Wawancara dengan saudara Jefri, mengatakan bahwa:

“Remaja disini rata-rata selalu bermain game online seperti saya sudah kecanduan dalam bermain game online, sedikit-sedikit saya selalu bermain game online dengan teman-teman saya”⁵⁶

Wawancara dengan Dimas, mengatakan bahwa:

“Remaja kebanyakan menghabiskan waktunya dengan bermain game online, remaja selalu berkumpul di salah satu rumah remaja yang kecanduan game online sampai seharian”⁵⁷

Wawancara dengan ibu Juli, sebagai orangtua mengatakan bahwa:

“Remaja terlalu sering dalam bermain game online, sampai-sampai remaja menghabiskan waktunya dengan bermain game

⁵⁵Alqi, Remaja yang kecanduan game online, *Wawancara* pada tanggal 17 September 2021

⁵⁶Jefri, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 17 September 2021

⁵⁷Dimas, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 17 September 2021

online hingga seharian tanpa mementingkan kewajiban yang seharusnya mereka lakukan baik di rumah, maupun di sekolah. Remaja selalu kumpul di salah satu rumah teman maupun di kedai dan bescam mereka⁵⁸

Dengan bermain game online, kebiasaan remaja seharusnya dilakukan sekarang sudah terlewatkan sehingga mereka tidak mementingkan itu lagi, disebabkan mereka sudah nyaman/kecanduan dalam bermain game online. Bermain game online dapat merubah sikap maupun perilaku terhadap orangtua, remaja lainnya, yaitu sebagai berikut:

a. Orangtua

Orangtua adalah orang yang bertanggung jawab dalam satu keluarga atau rumah tangga dalam kehidupan sehari-hari disebut bapak dan ibu, sehingga orangtua memiliki tanggung jawab untuk mendidik, mengasuh, dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat.⁵⁹

Orangtua yang baik adalah orangtua yang mengungkapkan cinta dan kasih sayang, mendengarkan anak, membantu anak merasa aman, mengajarkan aturan dan batasan, memuji anak, meluangkan waktu pada anak.

Namun pada kenyataannya orangtua di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara terlalu sibuk dengan

⁵⁸Juli, sebagai orangtua, *wawancara* pada tanggal 17 September 2021

⁵⁹Ernie Martsiswati, Yoyon Suryono, *Peran Orangtua dan Pendidik Dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini*, *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat* Vol 1, No. 2, 2014 diakses pada tanggal 22 Desember 2021 pukul 22:00 WIB

pekerjaannya sehingga tidak sempat mendidik anaknya di dalam kehidupan sehari-hari. Maka dari itu remaja di Kelurahan Padang Bulan Memiliki sikap terhadap orangtua saat bermain game online yaitu sebagai berikut:

- a) Jika dipanggil, remaja tidak mendengarkan panggilan tersebut, karena asik bermain game online.
 - b) Remaja jika disuruh oleh orangtuanya, remaja banyak memberikan alasan, sehingga pekerjaan tersebut dilakukan juga oleh orangtuanya.
 - c) Remaja tidak terlalu memikirkan nasihat yang diberikan orangtua kepadanya.
 - d) Remaja selalu mementingkan gamenya.
 - e) Remaja bersikap cuek dengan orangtuanya.
- b. Teman lainnya

Teman adalah orang yang mau mengerti keinginan kita (walaupun tidak bisa memenuhi), orang yang mendengarkan kita, orang yang tidak pernah mengekang kita, orang yang tidak pernah menjatuhkan citra kita di depan umum.

Namun pada kenyataannya remaja yang kecanduan game online memiliki sikap terhadap teman yang tidak kecanduan yaitu sebagai berikut:

- a) Remaja menganggap mereka biasa-biasa saja.

b) Remaja tidak sering bersama remaja yang tidak kecanduan game online.

c) Remaja tidak mendengarkan omongan mereka jika dinasehati.

b. Suka begadang

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti di kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu sebagai berikut:

Sebagaimana wawancara dengan saudara Safrian sebagai remaja yang kecanduan game online, yaitu:

“Awalnya saya bermain game online dengan teman-teman di saat berkumpul seharian, setelah balik kerumah saya melanjutkan bermain game online lagi hingga larut malam”.⁶⁰

Wawancara dengan saudara Andre, sebagai remaja yang kecanduan game online, yaitu:

“Bahwa saya sering memainkan game online hingga saat ini saya sudah kecanduan game online, saya disini terikut dengan ajakan teman-teman sehingga kami bermain game online bersama dan membuat kami ketagihan dan merasa puas terhadap diri masing-masing dan melanjutkan terus hingga larut malam”.⁶¹

Wawancara dengan ibu Fitri orangtua dari saudara Hubban, ia mengatakan bahwa:

⁶⁰Safrian, Remaja yang Kecanduan GameOnline, *Hasil Wawancara* pada tanggal 17 September 2021

⁶¹Andre, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Hasil Wawancara* pada tanggal 17 September 2021

“Anak saya sudah lama bermain game online bahkan sekarang sudah kecanduan game online. Anak saya terlalu mengikuti pergaulan yang kurang baik sehingga ia menjadi terikut-ikut dengan temannya sehingga ia sering begadang sampai larut malam”⁶²

Seiring dengan wawancara dengan ibu Tiarmin sebagai tetangga, ia mengatakan bahwa:

“Menurut saya, remaja sudah banyak yang terpegaruh dengan game online bahkan remaja menjadi kecanduan dalam bermain game online, ini disebabkan karena terpengaruh dengan pergaulan seperti teman dekatnya. Bukan hanya itu orangtua juga sering menegurnya tetapi remaja melanjutkan bermain game online tanpa mementingkan orangtuanya”.⁶³

Seiring dengan hasil wawancara di atas, sesuai dengan observasi peneliti remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan dikarenakan adanya faktor dari teman sehingga remaja bermain game online hingga larut malam. Remaja akan mudah terpengaruh dengan temannya sehingga mudah melakukan pekerjaan yang sama-sama disukai, seperti bermain game online bersama-sama, begadang bersama dan bahkan bepergian juga harus bersama.

c. Mengalami Stres

Tingkat stres pada remaja ialah tingkat stres ringan. Remaja yang bermain game online adalah salah satu permainan yang dapat membuat diri remaja gelisah, mudah marah, dan tidak dapat mengontrol dirinya.

⁶²Hubban, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Hasil Wawancara* pada tanggal 18 September 2021

⁶³Tiarmin, Sebagai Tetangga, *Hasil Wawancara* pada tanggal 18 September 2021

Sebagaimana wawancara dengan saudara Ade, ia mengatakan bahwa:

“Menurut saya bermain game online dapat membuang waktu dengan sia-sia, lupa akan segala hal sehingga kegiatan yang seharusnya dilakukan seperti shalat, makan, dan lain-lain terlalu sering dilupakan, sehingga saya keseringan gelisah pada diri saya”.⁶⁴

Seiring wawancara dengan saudara Bowo, ia mengatakan bahwa:

“Saya sudah lama kecanduan game online, karena terikut dengan teman, tetapi dengan bermain game online saya merasa tidak tenang dengan diri saya sehingga tugas sekolah pun tidak dikerjakan”.⁶⁵

Berbeda dengan hasil wawancara saudara Doli, ia mengatakan bahwa:

“Saya sering bermain game online disaat saya merasakan stres pada diri saya. Dengan bermain game online dapat menghilangkan rasa stres pada diri saya, tetapi hanya sementara, apabila stres saya berkelanjutan, maka saya mengurangi bermain game online”.⁶⁶

Seiring wawancara dengan ibu Atik orangtua dari saudara Ade, ia mengatakan bahwa:

“Anak saya sering bermain game online, ketika pulang dari sekolah, ia langsung bermain game online. Setiap harinya ia selalu begitu sehingga apabila ia tidak ada kegiatan ia bermain game online, tetapi jika ia disuruh membeli atau melakukan

⁶⁴Ade, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Hasil wawancara* pada tanggal 18 September 2021

⁶⁵Bowo, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Hasil Wawancara* pada tanggal 18 September 2021

⁶⁶Doli, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Hasil Wawancara* pada tanggal 18 September 2021

kegiatan lain ia menjawab nanti dan terkadang ia membalas jawaban dengan berkata kasar”⁶⁷

Seiring dari wawancara di atas, sesuai dengan hasil observasi peneliti bahwa remaja di Kelurahan Padang Bulan bermain game online dapat membuat diri remaja tidak terkontrol sehingga mereka mengeluarkan kata-kata seperti emosi/marah. Itu disebabkan karena remaja berkelanjutan dalam bermain game online maka akhirnya remaja memiliki sifat yang egois mudah marah.

2. Penerapan *Self Management* dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu

Self Management adalah suatu proses dimana individu dapat mengarahkan perubahan tingkah laku pada dirinya dengan sendiri, konselor hanya sebagai pendorong agar individu mampu menjalankan atau mengontrol tingkah lakunya sendiri. Individu harus aktif dalam menggerakkan variabel internal maupun eksternal untuk melakukan perubahan yang diinginkan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti akan melakukan tindakan lapangan yang bertujuan untuk mengajak individu untuk mengubah pola pikir dan perilaku sehingga tumbuh lebih baik dengan melakukan siklus yang sudah ditentukan sebagai berikut:

⁶⁷Atik, Orangtua Remaja yang Kecanduan Game Online, *Hasil Wawancara* pada tanggal 18 September 2021

a. Siklus I

1. Pertemuan Pertama

Siklus pertama dilakukan dengan menggunakan konseling individual, sekali pertemuan dalam satu minggu (tatap muka) selama ½ jam s/d 1 jam. Adapun tahapan pada siklus pertama:

a) Tahap Perencanaan

Perencanaan adalah penyusunan atau suatu tindakan yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan atau mengubah perilaku dan sikap yang diinginkan sebagai solusi dari permasalahan. Perencanaan ini bersifat fleksibel dalam artian dapat berubah sesuai dengan kondisi yang ada.

Perencanaan yang dilakukan peneliti dalam memberi bimbingan/ nasehat terhadap remaja yang kecanduan game online, yaitu:

- 1) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada remaja yaitu untuk merubah perilaku kecanduan game online dan dapat menjalankan peran sebagai remaja secara positif.
- 2) Memperjelas dan mendefenisikan masalah-masalah yang dihadapi remaja yang kecanduan game online.
- 3) Mempersiapkan materi dalam proses *self management* sesuai dengan masalah yang dihadapi remaja.
- 4) Menetapkan jadwal pelaksanaan sesuai dengan jadwal libur sekolah remaja, yaitu pada hari minggu, setiap remaja

mendapatkan waktu selama ½ jam s/d 1 jam untuk menerima motivasi dari peneliti.

b) Tindakan

Tindakan adalah menyangkut apa yang dilakukan peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan tindakan dan didasarkan pada teori.

Setelah perencanaan disusun, maka selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan kedalam bentuk tindakan. Tindakan yang akan dilakukan yaitu:

- 1) Peneliti mulai menjalin hubungan yang positif terhadap remaja, kemudian memberikan materi tentang game online dan menyampaikan maksud dan tujuan terhadap remaja.
- 2) Peneliti mulai memberikan arahan dan masukan terhadap permasalahan remaja, khususnya tentang kecanduan game online.
- 3) Peneliti mulai memberikan materi tentang *self management*, game online, ciri-ciri game online, dan faktor dari game online terhadap remaja.

c) Observasi

Observasi dilakukan setelah proses tindakan bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan terhadap remaja atau tidak.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka setelah dua hari kemudian akan di dapatkan hasil dari penerapan *self management* tersebut. Seperti memahami tentang game online dan akibat dari kecanduan game online. Jika ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai keberhasilan maupun perubahan, maka dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki pada proses konseling individu pada siklus berikutnya.

Untuk menentukan hasil persentase dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan game online dengan cara:

$$\text{Persentase} = \text{hasil} : \text{jumlah informan} \times 100 \%$$

Tabel VII
Hasil Penerapan Siklus I Pertemuan I

No	Nama	Bermain Game Online Dalam Sehari					Perubahan
		0 Jam	2 Jam	4 Jam	6 Jam	8 Jam	
1	Jefriansyah						–
2	Safrian						–
3	Ardiansyah						–
4	Andre Ramadan						–
5	Dimas						–
6	Alqi Alfazri						–
7	Fauzan						–

8	Hubban						–
9	Bowo						–
10	Ade						–
	Jumlah				2	8	10 remaja
					remaja	remaja	
	%				20 %	80 %	100 %

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus I pertemuan I, perubahan remaja belum terlihat untuk mengetahui perubahan remaja bermain game online peneliti membutuhkan penerapan konseling selanjutnya. Oleh karena itu peneliti akan melaksanakan konseling I pertemuan II.

2. Pertemuan Kedua

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahapan pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Adapun tahap pada siklus II, yaitu:

a) Tahap perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasehat terhadap remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Melanjutkan pertemuan kepada remaja
- 2) Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama
- 3) Peneliti menyimpulkan hasil observasi.

b) Tindakan

Setelah perencanaan ditetapkan, maka selanjutnya melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan, yaitu:

- 1) Peneliti menanyakan kembali kabar remaja, dan menggali masalah-masalah remaja dalam kecanduan game online.
- 2) Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatannya dan apa akibat dari perbuatannya.
- 3) Peneliti menyampaikan materi tentang *self management*, apa maksud dan tujuan maupun manfaat dari *self management* kepada remaja.

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat kemauan remaja dalam mengikuti konseling.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan konseling individu tersebut. setelah direfleksikan akan dibandingkan dengan data observasi dan hasil perubahan pada remaja dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk menentukan hasil persentasi dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan game online dengan cara:

Persentase = hasil:jumlah informan x 100 %

Tabel VIII
Hasil Penerapan Siklus I Pertemuan II

No	Nama	Bermain Game Online Dalam Sehari					Perubahan
		0 Jam	2 Jam	4 Jam	6 Jam	8 Jam	
1	Jefriansyah						–
2	Safrian						–
3	Ardiansyah						Berkurang bermain game online
4	Andre Ramadan						Berkurang bermain game online
5	Dimas						
6	Alqi Alfazri						Berkurang bermain game online
7	Fauzan						
8	Hubban						Berkurang bermain game online
9	Bowo						–
10	Ade						–
	Jumlah			1 remaja	4 remaja	5 remaja	10 remaja
	%			10 %	40 %	50 %	100 %

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus I pertemuan II, perubahan remaja setelah satu minggu dilakukan konseling. Perubahan remaja yang kecanduan game online adalah Ardiansyah awalnya 8

jam menjadi 6 jam dalam sehari bermain game online, Andre Ramadan awalnya 6 jam menjadi 4 jam dalam sehari bermain game online, Alqi awalnya 8 jam menjadi 6 jam dalam sehari bermain game online, Hubban awalnya 8 jam menjadi 6 jam dalam sehari bermain game online.

b. Siklus II

1. Pertemuan Pertama

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Pertama dilakukan dengan konseling individual, sekali pertemuan dalam seminggu (tatap muka) $\frac{1}{2}$ s/d 1 jam. Adapun tahapan siklus II ini yaitu:

a) Tahap Perencanaan

Perencanaan dilakukan peneliti dalam memberi bimbingan terhadap remaja, yaitu:

- 1) Peneliti mempersiapkan pembicaraan awal terhadap remaja.
- 2) Peneliti mempersiapkan pertanyaan kepada remaja tentang perubahan remaja yang kecanduan game online.

- 3) Peneliti menjelaskan tentang gambaran dari bermain game online.
- 4) Peneliti menanyakan kepada remaja tentang perubahan permasalahan remaja.

b) Tindakan

Setelah perencanaan disusun, maka langsung selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan kedalam bentuk tindakan. Tindakan yang akan dilakukan yaitu:

- 1) Peneliti menanyakan kembali kabar remaja.
- 2) Peneliti mulai menanyakan kembali mengenai perubahan kecanduan game online terhadap remaja.
- 3) Peneliti melakukan konseling dengan memberikan tambahan materi nasihat tentang waktu dan orangtua seperti; waktu sangat berharga bagi kita, sedikit waktu sangat bermanfaat bagi kita, waktu terbuang dengan sia-sia, pengertian orangtua, tugas dari orangtua, peran orangtua terhadap anaknya, dan tujuan orangtua dalam terhadap keluarganya.

c) Observasi

Kegiatan observasi dilakukan setelah proses tindakan. Bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan terhadap remaja atau tidak.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan *self management* tersebut. Jadi, jika ternyata masih ditemukan hambatan, kekurangan, dan belum mencapai keberhasilan maupun perubahan, maka dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki pada proses konseling individu pada siklus berikutnya.

Untuk menentukan hasil persentase dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan game online dengan cara:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{hasil}}{\text{jumlah informan}} \times 100 \%$$

Tabel IX

Hasil Penerapan Siklus II Pertemuan I

No	Nama	Bermain Game Online Dalam Sehari					Perubahan
		0 Jam	2 Jam	4 Jam	6 Jam	8 Jam	
1	Jefriansyah						–
2	Safrian						Berkurang bermain game online
3	Ardiansyah						Berkurang bermain

							game online
4	Andre Ramadan						Berkurang bermain game online
5	Dimas						–
6	Alqi Alfazri						Berkurang bermain game online
7	Fauzan						–
8	Hubban						Berkurang bermain game online
9	Bowo						Berkurang bermain game online
10	Ade						Berkurang bermain game online
	Jumlah		4	3		3	10 remaja
			remaja	remaja		remaja	
	%		40 %	30 %		30 %	100 %

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus I pertemuan II, perubahan remaja setelah satu minggu dilakukan konseling. Perubahan remaja yang kecanduan game online adalah Safrian menjadi 4 jam dalam sehari bermain game online, Ardiansyah menjadi 4 jam dalam sehari bermain game online, Alqi menjadi 2 jam dalam sehari bermain game online, Hubban menjadi 2 jam dalam sehari bermain game online, Bowo menjadi 4 jam dalam sehari bermain game online, dan Ade menjadi 2 jam

dalam sehari bermain game online. Peneliti akan melakukan siklus II pertemuan II.

2. Pertemuan Kedua

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai hasil dari refleksi sebelumnya. Adapun tahap pada siklus II, yaitu:

a) Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi nasihat terhadap remaja adalah sebagai berikut:

1. Peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama.
2. Mempersiapkan kembali materi yang akan disampaikan kepada remaja mengenai orangtua, seperti memberikan nasihat bahwa orangtua wajib dihormati, mengajak remaja agar berbuat baik kepada orangtua, dan mengingatkan perjuangan orangtua terhadap remaja agar remaja dapat membahagiakan orangtuanya.

b) Tindakan

Setelah perencanaan diterapkan, maka selanjutnya melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan, yaitu:

1. Peneliti menanyakan kembali kabar remaja, dan menggali masalah-masalah remaja dalam kecanduan game online.
2. Peneliti membuat remaja mulai menyadari perbuatan dan apa akibat dari perbuatannya.
3. Peneliti menyampaikan materi tentang keagamaan/keislaman seperti; tentang remaja, remaja sudah mengetahui mana yang baik dan buruk, tujuan dari remaja, peran remaja terhadap orangtua, kewajiban setiap muslim dalam menjalani kehidupannya dikaitkan dengan keislaman yang dapat membuat remaja melakukan hal positif seperti mengerjakan sholat pada waktunya, membaca al-qur'an pada saat waktu kosong, dan membaca ayat-ayat pendek tiap harinya

c) Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti. Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja dengan peneliti berisikan bertujuan untuk melihat keadaan dalam kegiatan penerapan *self management*.

d) Refleksi

Setelah diadakannya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan *self management* tersebut.

Setelah direfleksikan akan dibandingkan dengan data observasi dan hasil perubahan pada remaja dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk menemukan hasil persentase dalam perubahan konseling terhadap remaja yang kecanduan game online dengan cara:

$$\text{Persentase} = \text{hasil} : \text{jumlah informan} \times 100 \%$$

Tabel X
Hasil Penerapan Siklus II Pertemuan II

No	Nama	Bermain Game Online Dalam Sehari					Perubahan/ Perilaku
		0 Jam	2 Jam	4 Jam	6 Jam	8 Jam	
1	Jefriansyah						–
2	Safrian						Berubah tidak bermain game online
3	Ardiansyah						Berubah tidak bermain game online
4	Andre Ramadan						Berubah tidak bermain game online
5	Dimas						Berubah tidak bermain game online
6	Alqi Alfazri						Berubah tidak bermain game

							online
7	Fauzan						–
8	Hubban						Berubah tidak bermain game online
9	Bowo						–
10	Ade						Berubah tidak bermain game online
	Jumlah	7				3	10 remaja
		Remaja				remaja	
	%	70 %				30 %	100 %

Berdasarkan tabel di atas, setelah peneliti melakukan konseling pada siklus II, pertemuan II, perubahan remaja setelah satu minggu dilakukan konseling pada siklus II pertemuan II. Perubahan pada siklus II pertemuan II yang kecanduan game online ialah:

- 1) Remaja mulai menyimpulkan masalah yang dilakukan.
- 2) Remaja mampu mengidentifikasi hal-hal yang sulit dicapai dengan adanya gangguan kecanduan game online.
- 3) Remaja mulai merancang aktivitas-aktivitas yang pernah diabaikan (positif).
- 4) Remaja mulai berinteraksi seperti remaja yang biasa (tidak kecanduan game online), contohnya: remaja yang kecanduan game online mulai berkawan dengan remaja yang tidak kecanduan game online, membagi waktu bersama keluarga, mengerjakan tugas

sekolah, mengerjakan ibadah shalat, mengontrol waktu bermain game online.

3. Hasil Penerapan *Self Management* dalam Menangani Remaja yang Kecanduan Game Online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu

Untuk melihat keberhasilan penerapan *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu, peneliti melakukan observasi dan wawancara kembali kepada remaja dan orangtua remaja dan tetangganya. Oleh karena itu, berdasarkan observasi dan wawancara dengan remaja dan orang tua remaja diketahui keberhasilan Penerapan *self management* terhadap remaja yang kecanduan game online, yaitu:

Hasil wawancara dengan Doli, ia mengatakan bahwa:

“Setelah saya di konseling dengan materi-materi yang diberikan, saya mulai mengalami perubahan dengan kecanduan game online, sebelum saya di konseling saya bermain game online hampir 10 jam dalam sehari, dan setelah saya di konseling saya memiliki perubahan hanya 5 jam dalam sehari memainkan game online”.⁶⁸

Hasil wawancara dengan Ardiansyah, ia mengatakan bahwa:

“Saya belum pernah mengikuti konseling sebelumnya, menurut saya dengan diadakannya konseling terhadap kami, remaja yang

⁶⁸Doli, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 20 September 2021

kecanduan game online sangat baik karena kami mendapatkan nasehat dapat mengarahkan kami ke arah yang lebih baik”.⁶⁹

Hasil wawancara dengan Safrian, ia mengatakan bahwa:

“Menurut saya konseling adalah suatu kegiatan yang baik, karena sebelumnya saya bermain game online sampai berjam-jam. Sekarang saya mengisi waktu dengan kegiatan-kegiatan yang baik, sehingga saya lupa bermain game online”.⁷⁰

Wawancara dengan ibu Meli, orangtua dari Safrian, ia mengatakan bahwa:

“Setelah anak saya mengikuti konseling, saya melihat ada perubahan pada kecanduan game online. Sebelumnya ia selalu tidak mendengarkan, tidak mau diganggu, ternyata sekarang dia mau mendengarkan apa yang saya katakan kepadanya, contohnya disuruh, dinasehati, dilarang, dan lain-lain”⁷¹

Hasil wawancara dengan Dimas, ia mengatakan bahwa:

“saya tidak tahu apa itu konseling, tetapi dengan konseling yang telah diikuti membuat saya berubah pikiran. Kecanduan game online adalah hobi saya. Dengan adanya konseling saya sadar bahwa bermain game online merupakan hal yang dapat merugikan saya karena telah melalaikan waktu”.⁷²

Wawancara dengan om Begos, orangtua dari saudara Andriansyah, ia mengatakan bahwa:

⁶⁹ Ardiansyah, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 20 September 2021

⁷⁰ Safrian, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 20 September 2021

⁷¹ Ibu Meli, Orangtua Safrian, *Wawancara* pada tanggal 20 September 2021

⁷² Dimas, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 20 September 2021

“Menurut saya remaja di Kelurahan ini sangat banyak yang sudah kecanduan game online termasuk anak saya. Tetapi setelah remaja mengikuti konseling, ternyata berkurang juga. Anak saya yang tadinya kecanduan game online kini sudah berubah menjadi tidak kecanduan lagi dan mau mengerjakan pekerjaan rumah seperti, menyapu, mengepel, dan lain-lain”⁷³.

Hasil wawancara dengan saudara Fauzan, ia mengatakan bahwa:

“Saya senang dengan adanya konseling, dan diberikan nasehat-nasehat terhadap kami, dengan begitu saya melihat remajanya sudah ada perubahan, remaja berkurang dalam bermain game online. Ternyata semua itu untuk melalaikan waktu dan tidak bermanfaat, membuat kami sadar hal itu”⁷⁴.

Hasil wawancara dengan saudara Adi sebagai tetangga mengatakan bahwa:

“Saya melihat remaja disini sering bermain game online, mereka buat tempat-tempat nongkrong untuk bermain game online setiap hari. Tetapi setelah mereka mengikuti konseling, ternyata sudah ada perubahan terhadap remaja. Remaja sekarang sudah berkurang yang berkumpul bermain game online”⁷⁵.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja, orangtua dan tetangga di atas, sesuai dengan hasil observasi peneliti bahwa remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan sudah ada perubahan atau sudah sedikit lagi. Remaja yang biasanya berkumpul-kumpul bermain game online sambil nongkrong sudah sedikit lagi, remaja yang tidak mau mengerjakan rumah dan melalaikan waktu, sudah mau memanfaatkan waktu dengan kegiatan-kegiatan yang baik.

⁷³Om Begos, Orangtua Ardiansyah, *Wawancara* pada tanggal 20 September 2021

⁷⁴ Fauzan, Remaja yang Kecanduan Game Online, *Wawancara* pada tanggal 21 September 2021

⁷⁵ Adi, sebagai Tetangga, *Wawancara* pada tanggal 21 September 2021

Berikut tabel hasil perubahan remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu, mulai dari siklus I sampai siklus II dengan cara:
 Persentase = Jumlah remaja x 100 % : 10 Informan.

Tabel XI
Hasil Rekapitulasi Perubahan Siklus I dan II

NO	Indikator	Jumlah Perubahan Perilaku Remaja							
		Pra Siklus	Sik I Per I	SikI Per II	%	Sik II Per I	%	SikII Per II	%
1	Berkata Kasar Terhadap Orangtua	10	10	4	40%	5	50%	7	70%
2	Suka Begadang	10	10	5	50%	6	60%	8	80%
3	Stres	10	10	5	50%	6	60%	8	80%

Berdasarkan tabel di atas, menjelaskan bahwa setelah peneliti melakukan penerapan *self management* terhadap remaja mulai siklus I pertemuan I, pertemuan II dan siklus pertemuan II pertemuan I, pertemuan II remaja sudah berubah. Remaja yang kecanduan game online yang berkata kasar terhadap orangtua awalnya 10 remaja (100%), setelah di konseling yang tidak melakukan perubahan berkata kasar terhadap orangtua 3 remaja (30%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang berkata kasar terhadap orangtua 7 remaja (70%). Remaja yang kecanduan game online yang suka begadang awalnya 10

remaja (100%) setelah dikonseling yang suka begadang 2 remaja (20%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang tidak suka begadang 8 remaja (80%). Remaja yang mengalami stres awalnya 10 remaja (100%), setelah dikonseling yang mengalami stres 2 remaja (20%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang tidak mengalami stres 8 remaja (80%).

C. Analisa Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Labuhan Batu masih memiliki perilaku kesulitan berinteraksi dan menjalin hubungan positif dengan orang lain dan dapat juga menghambat perkembangan emosional, perilaku berlebihan ketika bermain game online, perilaku maladaptif yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.

Beberapa remaja yang kecanduan game online disebabkan karena kurangnya perhatian dari orangtua, faktor pertemanan, dan penghilang stres sudah berubah setelah dilakukannya penerapan *self management* yang bertujuan untuk mengajak individu belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran, dan tumbuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu untuk membuat keputusan yang tepat.

Penerapan *self management* dilakukan dengan 2 siklus, tiap siklus memiliki 2 pertemuan. Perubahan pada remaja yang kecanduan game online tidak langsung berubah, dan membutuhkan waktu secara bertahap. Dari proses konseling peneliti memberikan materi-materi tentang

hal-hal buruk yang ditimbulkan dari bermain game online seperti, free fire, PUBG, mobile legend, dan higgs domino yang dapat membuat remaja terbiasa berkata-kata kotor, berbohong terhadap orangtua. Setiap pertemuan peneliti mengamati perilaku remaja bertujuan untuk menilai perubahan remaja yang kecanduan game online.

Hasil penelitian setelah dilakukannya penerapan *self management* menunjukkan bahwa remaja mulai dari siklus I pertemuan I, pertemuan II dan siklus II pertemuan I, pertemuan II, remaja sudah mengalami perubahan pada dirinya seperti berkurangnya kebiasaan dalam bermain game online, berkurangnya tingkah laku yang tidak baik menjadi baik, berkurangnya sifat pemarah, dan sudah mau melakukan kegiatan positif baik terhadap orang tua maupun terhadap dirinya sendiri seperti berbakti kepada kedua orangtua, mengerjakan sholat lima waktu dalam sehari, membaca al-Qur'an dan buku di waktu kosong, dan menghafal ayat-ayat pendek al-Qur'an.

Kondisi remaja yang kecanduan game online yang berkata kasar terhadap orangtua awalnya 10 remaja (100%), setelah di konseling yang tidak melakukan perubahan berkata kasar terhadap orangtua 3 remaja (30%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang berkata kasar terhadap orangtua 7 remaja (70%). Remaja yang kecanduan game online yang suka begadang awalnya 10 remaja (100%) setelah dikonseling yang suka begadang 2 remaja (20%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang tidak suka begadang 8 remaja (80%). Remaja yang mengalami stres

awalnya 10 remaja (100%), setelah dikonseling yang mengalami stres 2 remaja (20%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang tidak mengalami stres 8 remaja (80%).

Sedangkan remaja yang tidak dapat berubah setelah dikonseling disebabkan oleh; *Pertama*, remaja tidak memulai dengan niat di dalam dirinya. *Kedua*, remaja sudah bersikap tidak menganggap penting terhadap orang lain. *Ketiga*, remaja tidak ingin berubah karena game online baginya ialah suatu kebutuhan untuk menenangkan dirinya. Oleh karena itu, penerapan *self management* terhadap remaja yang kecanduan game online tidak sepenuhnya berhasil, karena masih ada remaja yang belum berubah atau perubahannya tidak signifikan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilaksanakannya penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi remaja di Kelurahan Padang Bulan seperti berkata kasar kepada orangtua, suka begadang, dan mengalami stress.
2. Penerapan *self management* dalam mengatasi kecanduan game online pada remaja di Kelurahan Padang Bulan, peneliti melaksanakan konseling individu dengan 2 siklus yang terdiri dari siklus I dengan 2 pertemuan, dan siklus 2 dengan 2 pertemuan.
3. Hasil penerapan *self management* yang dilakukan peneliti dari siklus I pertemuan I sampai siklus II pertemuan II yaitu: remaja sudah mengalami perubahan pada dirinya seperti berkurangnya kebiasaan dalam bermain game online, berkurangnya tingkah laku yang tidak baik menjadi baik, berkurangnya sifat pemarah, dan sudah mau melakukan kegiatan positif baik terhadap orang tua maupun terhadap dirinya sendiri seperti berbakti kepada kedua orangtua, mengerjakan sholat lima waktu dalam sehari, membaca al-Qur'an dan buku di waktu kosong, dan menghafal ayat-ayat pendek al-Qur'an.

Remaja yang kecanduan game online yang berkata kasar terhadap orangtua awalnya 10 remaja (100%), setelah di konseling yang tidak melakukan perubahan berkata kasar terhadap orangtua 3 remaja

(30%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang berkata kasar terhadap orangtua 7 remaja (70%). Remaja yang kecanduan game online yang suka begadang awalnya 10 remaja (100%) setelah dikonseling yang suka begadang 2 remaja (20%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang tidak suka begadang 8 remaja (80%). Remaja yang mengalami stres awalnya 10 remaja (100%), setelah dikonseling yang mengalami stres 2 remaja (20%), remaja yang berubah setelah dikonseling yang tidak mengalami stres 8 remaja (80%).

B. Saran-saran

1. Remaja

- a) Diharapkan kepada remaja agar pandai-pandai dalam memilih teman bergaul. Bermain game sebetulnya tidak dilarang, tetapi jangan terlalu berlebihan dalam memainkan game online tersebut, dan remaja harus dapat mengontrol waktu dan menempatkan prioritas sebagai anak dan pelajar.
- b) Diharapkan kepada remaja agar mengisi waktu luangnya dengan aktivitas yang bermanfaat seperti: berolahraga, membaca buku, bekerja, dan berorganisasi yang positif.

2. Orangtua

- a) Diharapkan kepada orangtua remaja agar lebih mengawasi anaknya supaya tidak kecanduan game online dengan mengisi waktu yang kosong seperti membantu orangtua, membacabuku, dan lain-lain.

b) Diharapkan kepada orangtua agar lebih perhatian lagi terhadap anaknya.

3. Alim Ulama

Diharapkan agar membuat kegiatan-kegiatan remaja yang bermanfaat, seperti perlombaan olahraga, dan pelatihan yang bermanfaat untuk kemandirian masa depan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuddin Nata, *Akhlaq Tasawuf*. Jakarta: Rajawali Press. 2011.
- Agung Sandy Lesmana, *ABG Kecanduaan Game Online Tusuk Ibu Kandung, PolisiCariPonselTersangka*/<https://amp.suara.com/news/2020/02/10/162502/abg-kecanduan-game-online-tusuk-ibu-kandung-polisi-cari-ponsel-tersangka>
- Deddy Mulyana, *Metodelogi Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2003.
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda Karya. 2008.
- Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2000.
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga. 1993.
- Emria Fitri, dkk, *Jurnal Konseling Indonesia.com*, Vol 6, No. 2, 2018.
- Emria Fitri, dkk, *Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan dan Konseling, Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol 4, No. 3
- Emria Fitri, Lira Erwinda, dkk, *Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan Dan Konseling, Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Volume 4, Nomor. 3.
- Fadjri Kirana Anggraini, *Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern*, Buletin Psikologi, 1 Juni 2015.
- Faisal Mustafa, *Pemuda di Makassar Nekat Curi Sembako karena Kecanduan GameOnline*/<https://www.google.com/amp/s/makassar.sindonews.com/newsread/338180/710/pemuda-di-makassar-nekat-curi-sembako-karena-kecanduan-game-online-1613552549>
- Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks, 2014.
- Gunarsa, S.D., dan Gunarsa, Y.S., *Psikologis Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.
- Kementerian Agama RI, *Komplikasi Hukum Islam Di Indonesia*. DirektoratJenderal Bimbingan Masyarakat Islam, Direktorat Bina KUA dan Keluarga Sakinah, 2018.

Kompas.com/<https://money.kompas.com/read/2020/11/09/213534626/pengguna-internet-indonesia-hingga-kuartal-ii-2020-capai-1967-juta-orang>

Krista Surbakti, *Pengaruh Game Online Terhadap Remaja*, *Jurnal Curere*, Vol 01, No. 01 2017.

Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish. 2013.

Liputan6.com/<https://m.liputan6.com/hot/read/4478802/viral-emak-emak-berdaster-heboh-main-game-online-tak-kalah-dari-anak-muda>

Lexy. J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2015.

M. Fahmi Alam, *Pengertian Game Online dan Sejarahnya*. Bandung: Pustaka Setia. 2010.

Miftahul Jannah, *Remaja Dan Tugas-tugas Perkembangan Dalam Islam*, *Jurnal Psikoislamedia* Volume 1, Nomor.1, April 2016.

Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2011.

Napsir Rambe, *Lurah Padang Bulan, Wawancara di Kelurahan Padang Bulan pada tanggal 17 September 2021*.

Nefri Inge, *Ulah Nakal Remaja Asal Palembang Curi Kulkas Tetangga Buat Main Gim Online*/<https://m.liputan6.com/regional/read/4028467/ulah-nakal-remaja-palembang-curi-kulkas-tetangga-buat-main-gin-online>

Peneliti AS, *Temukan 86 persen Remaja Kini Kecanduan Game Online TerbanyakituAnak*/<https://www.google.com/amp/s/amp.wartaekonomi.co.id/berita267851/peneliti-as-temukan-86-persen-remaja-kini-kecanduan-game-online-terbanyak-itu-anak>

Reza Gunadha, *Dua Bocah Bekasi Alami Gangguan Jiwa, Diduga Kecanduan Main Gim di HP*/<https://jabar.suara.com/amp/read/2019/10/17/132631/dua-bocah-bekasi-alami-gangguan-jiwa-diduga-kecanduan-main-gim-di-hp>

Sarlito Sarwono, *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers. 2011.

Sapni Maulana, *Siswi SMP Meninggal Dunia Karena Kecanduan Game Online, ini Penjelasan IDI*/<https://www.google.com/amp/s/kaltim.suara.com/amp/r>

ead/2021/02/26/202858/siswi-smp-meninggal-dunia-karena-kecanduan-game-online

- Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Libri, 2011.
- Siska Novra Elvina, *Teknik Self Management dalam pengolahan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif*, Vol. 3, No. 2, November 2019.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Sugiartini, *Peranan Guru Dalam Pengembangan Aspek Psikomotorik Anak Usia Dini*. Palopo: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Palopo. 2014.
- Sulung Lahitani, *Main Gim Online 20 jam di Warnet, Tubuh Pemuda Mendadak Lumpuh*/<http://m.liputan6.com/citizen6/read/3247808/main-gim-online-20-jam-di-warnet-tubuh-pemuda-mendadak-lumpuh>
- Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2010.
- Sri Wahyuni Adningtiyas, *Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online*, *Jurnal KOPASTA*, Volume 4, Nomor. 1, 2017.
- Tantri Widyarti Utami, *Kecanduan Game Online Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja*, *Jurnal Keperawatan*, Volume 12, Nomor. 1, Maret 2020
- Wahab, *Manajemen Personalisa*. Bandung: Sinar Harahap, 1990.
- Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*. Jakarta: Bulan Bintang, 1976.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS DIRI

1. Nama : Ahmad Yani Siregar
2. NIM : 1730200035
3. TTL : Kongsu Enam, 11 Oktober 1998
4. Alamat : Jln. H. Adam Malik Gg Mussholla Sumber Beji A
5. No. HP : 082240623698

B. IDENTITAS ORANGTUA

1. Ayah : Sah Mual Siregar
2. Pekerjaan : Pedagang
3. Ibu : Kotimah Pasaribu
4. Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
5. Alamat : Jln. H. Adam Malik Gg Mussholla Sumber Beji A

C. PENDIDIKAN

1. SD Negeri 117470 Kampung Sawah, lulus 2011
2. SMP Negeri 2 Rantau Utara, Lulus 2014
3. MAN Rantauprapat, Lulus 2017
4. IAIN (Institut Agama Islam Negeri) Padangsidempuan 2021

Lampiran I

PEDOMAN OBSERVASI

Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan dalam penelitian yang berjudul: **Penerapan *Self Management* Dalam Menangani Remaja Yang Kecanduan Game Online Di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.** Maka penelitian ini membuat pedoman observasi tentang penerapan *Self Management* dalam menangani remaja yang kecanduan game online pada remaja.

1. Observasi langsung dilokasi penelitian di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.
2. Mengamati remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.
3. Mengamati perubahan remaja yang kecanduan game online setelah peneliti melakukan penerapan konseling di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu.

Lampiran II

PEDOMAN WAWANCARA

A. Wawancara dengan Remaja

1. Apakah saudara menggunakan game online?
2. Game apa yang saudara mainkan?
3. Pada usia berapa kamu bermain game online?
4. Bagaimana reaksi saudara untuk pertama kali bermain game?
5. Berapa lama durasi saudara saat bermain game online dalam sehari?
6. Berapa lama durasi saudara saat bermain game online dalam seminggu?
7. Berapa kali saudara bermain game online dalam sehari?
8. Sudah berapa banyak uang yang saudara keluarkan dalam bermain game online?
9. Apakah bermain game online menjadi sebuah hobi?
10. Apa manfaat bermain game online bagi saudara?
11. Apa dampak negatif dalam bermain game online?

B. Wawancara dengan Orangtua

1. Apakah anak ibu/bapak sering bermain game online?
2. Sejak kapan anak ibu/bapak bermain game online?
3. Bagaimana kegiatan remaja di kelurahan Padang Bulan ini?
4. Apa yang menyebabkan remaja bermain game online?
5. Bagaimana peran orangtua terhadap remaja yang kecanduan game online?
6. Bagaimana peran masyarakat terhadap remaja yang kecanduan game online?

7. Apa saja dampak yang timbul ketika anak ibu/bapak setelah selesai menggunakan game online

C. Wawancara dengan Alim Ulama

1. Bagaimana tanggapan para tokoh masyarakat terhadap remaja yang kecanduan game online?
2. Bagaimana solusi yang diberikan terhadap remaja yang kecanduan game online?

Lampiran III

DOKUMENTASI



Gambar. 1 Wawancara dengan bapak kepling bapak Dalimunthe



Gambar. 2 Wawancara dengan bapak Sakban Syahril Harahap sebagai alim ulama



Gambar.3 Wawancara dengan bapak Rizal sebagai orangtua



Gambar. 4 Wawancara dengan Om Bego ssebagai orangtua



Gambar. 5 Wawancara dengan bapak ade sebagai masyarakat



Gambar. 6 Wawancara dengan bapak Udin sebagai orangtua



Gambar. 7 Wawancara dengan ibu Maya sebagai orangtua



Gambar. 8 Wawancara dengan ibu Atik sebagai orangtua



Gambar.9 Wawancara dengan ibu Dila sebagai orangtua



Gambar. 10 Wawancara dengan ibu Meli sebagai orangtua



Gambar.11 Wawancara dengan wak Tum sebagai orangtua



Gambar. 12 Wawancara dengan ibu Nunung sebagai orangtua



Gambar. 13 Wawancara dengan bapak Samsuten sebagai orangtua



Gambar. 14 Wawancara dengan remaja yang kecanduan game online di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan Batu



Gambar. 15 Wawancara dengan saudara Alqise sebagai remaja



Gambar. 16 Wawancara dengan saudara Hubban sebagai remaja



Gambar. 17 Wawancara dengan saudara Fauzan sebagai remaja



Gambar. 18 Wawancara dengan saudara Bowo sebagai remaja



Gambar. 19 Wawancara dengan saudara Safrian sebagai remaja



Gambar. 20 Wawancara dengan saudara Andre sebagai remaja

Lampiran IV

PEDOMAN KEGIATAN SETIAP PERTEMUAN

NO	Hari/ Tanggal	Pertemuan	Kegiatan
1	Minggu/ 19 September 2021	Siklus I Pertemuan I	Tahap perkenalan dan menjalin hubungan kepada remaja serta memberikan materi tentang game online a. Pengertian game online b. Ciri-ciri game online c. Faktor-faktor game online d. Dampak dari game online
2	Minggu/ 26 September 2021	Siklus I Pertemuan II	Memberi materi tentang <i>self management</i> a. Pengertian <i>self management</i> b. Tujuan dan manfaat <i>self management</i> c. Teknik dan tahap <i>self management</i>
3	Minggu/ 3 Oktober 2021	Siklus II Petemuan I	Memberi nasihat tentang waktu dan orangtua a. Waktu sangat berharga bagi kita b. Waktu sangat bermanfaat bagi kita c. Pengertian orangtua d. Tugas dari orangtua e. Peran orangtua terhadap anaknya f. Dan tujuan orangtua terhadap keluarganya
4	Minggu/ 10 Oktober 2021	Siklus II Pertemuan II	Memberi nasihat tentang remaja dan keagamaan dikaitkan dengan keIslaman a. Remaja mengetahui sisi baik dan buruk b. Peran remaja terhadap orangtua c. Kewajiban umat muslim dalam kehidupan d. Menjaga adab dan sopan santun



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan T. Rizal Nurdin km 4,5 Sihitang, Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile. (0634) 24022

no
piran

: 11/29/In.14/F.7b/PP.00.9/09/2021

Padangsidimpuan, 9 September 2021

: Pengesahan Judul dan Pembimbing Skripsi

Kepada:

Yth. 1. Dr. Sholeh Fikri, M. Ag
2. Arifin Hidayat, M. Pd. I

Di tempat

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/ Ibu bahwa berdasarkan Hasil Sidang Keputusan Tim Pengkajian Kelayakan Judul Skripsi, telah ditetapkan judul skripsi mahasiswa/i tersebut di bawah ini sebagai berikut:

Nama/ NIM : AHMAD YANI SIREGAR / 17 302 00035
Fakultas/ Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
Judul Skripsi : "PENERAPAN BEHAVIORAL SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI KELURAHAN PADANG BULAN KECAMATAN RANTAU UTARA KABUPATEN LABUHAN BATU "

Seiring dengan hal tersebut, kami mengharapkan kesediaan Bapak/ Ibu Menjadi Pembimbing-I dan Pembimbing-II penelitian penulisan Skripsi Mahasiswa/i dimaksud.

Demikian kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik dari Bapak/ Ibu kami ucapkan terimakasih.

Dekan

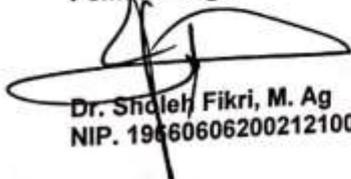

Dr. Ali Sati, M. Ag
NIP. 196209261993031001

Ketua Prodi

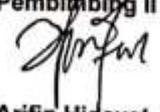

Maslina Daulay, MA
NIP. 197605102003122003

Pernyataan Kesediaan Sebagai Pembimbing

Bersedia/ Tidakbersedia
Pembimbing I


Dr. Sholeh Fikri, M. Ag
NIP. 196606062002121003

Bersedia/ TidakBersedia
Pembimbing II


Arifin Hidayat, M. Pd. I
NIDN. 2016048802



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nudin Km 4,5 Sitang Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Nomor : 1161 /In.14/F.4c/PP.00.9/09/2021

Tgl : Penting

16 September 2021

Tempat : -

Isi : **Mohon Bantuan Informasi
Penyelesaian Skripsi**

h. Kepada Bapak Lurah Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan
tu

Tempat:

Dengan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam
Negeri Padangsidimpuan menerangkan bahwa :

Nama : Ahmad Yani Siregar

NPM : 17 302 00035

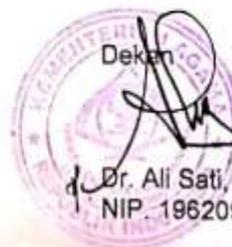
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI

Alamat : Jalan Imam Bonjol Gg Alaman Bolak Kelurahan Aek Tampang

adalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam
Negeri Padangsidimpuan yang sedang menyelesaikan skripsi dengan judul "**Penerapan
Behavioral Self Management Dalam Menangani Remaja Yang Kecanduan Game
Online Di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhan
tu.**"

Sehubungan dengan itu, kami bermohon kepada bapak Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu
Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan kiranya dapat memberikan izin
pengambilan data dan informasi sesuai dengan maksud judul tersebut.

Demikian disampaikan, atas perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.



Dekan

Dr. Ali Sati, M.Ag

NIP. 196209261993031001



PEMERINTAH KABUPATEN LABUHANBATU
KECAMATAN RANTAU UTARA
KELURAHAN PADANG BULAN

JALAN : H.M. YUNUS (DEPAN TERMINAL TERPADU)
RANTAUPRAPAT KODE POS 21414

SURAT KETERANGAN

Nomor : 145/1483 / Pem/ 2021.

Yang bertandatangan dibawah ini, Lurah Padang Bulan, Kecamatan Rantau Utara, Kabupaten Labuhanbatu, dengan ini menerangkan bahwa :

- A. Nama : AHMAD YANI SIREGAR.
B. Jenis Kelamin : Laki - laki.
C. NIM : 1730200035
D. Bangsa / Agama : Indonesia / Islam
E. Fakultas / Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi / BKI
F. Pekerjaan : Pelajar / Mahasiswa.
G. Alamat : Jl. Imam Bonjol Gg. Alaman Bolak Kelurahan Aek Tampang

Penyerah nama tersebut diatas sudah melapor ke Kelurahan padang Bulan , Kecamatan Rantau Utara , Kabupaten Labuhanbatu .Untuk Menyelesaikan Skripsi dengan Tema Penerapan Behavioral Self Management Dalam Menangani Remaja Yang Kecanduan Game Online Di Kelurahan Padang Bulan, Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu . Dengan menyerahkan surat dari kampus IAIN Padang Sidempuan No. 16 / In . 14/ F. 4c /PP.00.9 / 09 / 2021. 16 September 2021.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Rantauprapat, 27 September 2021
A.n PEMERINTAH KABUPATEN LABUHANBATU
KELURAHAN PADANG BULAN,
Kasi Pemerintahan
EKO SUPRANTO, SE
KEPRATA MUDA TK I
NIP. 19810406 200801 1 002