

ABSTRAK

MARISCA LAURENTINA SIMARMATA. Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Terhadap Kecanduan *Game Online* Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Sunggal T.A 2024/2025. Skripsi. Medan: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan. 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok teknik *self management* terhadap pengurangan kecanduan *game online* siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sunggal. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *kuasi-eksperimen* dan *desain one group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah 8 siswa dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria tertentu. Angket yang digunakan adalah kecanduan *game online* yang diberikan sebelum dan sesudah perlakuan konseling kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata kecanduan bermain *game online* pada pretest sebesar 92,3 mengalami penurunan menjadi 59,2 pada posttest. Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai $Z = -2.524$ dengan nilai signifikansi $p = 0.012$, yang berarti $p < 0.05$. Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik *self management* efektif dalam pengurangan kecanduan *game online* siswa. Temuan ini diharapkan dapat membantu guru bimbingan dan konseling dalam menangani siswa yang mengalami masalah kecanduan *game online*.

Kata Kunci : Kecanduan *Game Online*, Konseling Kelompok, *Self Management*

ABSTRACT

MARISCA LAURENTINA SIMARMATA. The Effect of Self-Management Group Counseling Techniques on Online Game Addiction of Class XI Students of SMA Negeri 1 Sunggal T.A 2024/2025. Skripsi. Medan: Faculty of Education. State University of Medan. 2026.

This study aims to determine the effect of self-management technique group counseling on reducing online game addiction in grade XI students of SMA Negeri 1 Sunggal. The study used a quantitative approach with a quasi-experimental method and a one-group pretest-posttest design. The research subjects were 8 students selected through purposive sampling technique based on certain criteria. The instrument used was an online game addiction questionnaire given before and after the group counseling treatment. The results showed that the average online game addiction score at the pretest was 92.3, decreasing to 59.2 in the posttest. Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test obtained a Z value of -2.524 with a significance value of $p = 0.012$, which means $p < 0.05$. Thus, this study shows that self management technique group counseling is effective in reducing students online game addiction. These findings are expected to be a reference for guidance and counseling teachers in dealing with students who have online game addiction problems.

Keywords: Game Online Addiction, Group Counseling, Self Management

