

ABSTRAK

DWI AULIA SASMITA. Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Management* Terhadap Adiksi *Game Online* Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Skripsi. Medan: Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Medan 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Management* Terhadap Adiksi *Game Online* Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Medan TA 2025/2026. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan jenis *design one group pretest posttest*. Subjek dalam penelitian ini adalah 4 siswa kelas XI SMA Negeri 4 Medan TA. 2025/2026 yang memiliki skor adiksi *game online* yang tinggi yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket yang berisi pernyataan untuk mengetahui tingkatan perilaku adiksi *game online*. Kemudian data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat adakah pengaruh adiksi *game online* siswa. Hal ini dapat diperoleh hasil perhitungan skor tes awal (*pre-test*) pada kelompok eksperimen diperoleh rata-rata = 130, sedangkan data (*post-test*) diperoleh rata-rata 81,25. Hal ini diperoleh dari uji *Wilcoxon* yang menandakan diperoleh $J_{hitung} = 3$ sedangkan $J_{tabel} = 0$, dari tabel uji jenjang bertanda *Wilcoxon*. Untuk $n=4$ $\alpha = 0,05$ sesuai kriteria dengan penerimaan dan penolakan hipotesis, hipotesis diterima jika $J_{hitung} > J_{tabel} =$ dimana $3 > 0$, dari perhitungan ini dapat dilihat pengaruh perlakuan pada kelompok eksperimen artinya pengaruh konseling individual Teknik *self management* lebih signifikan ($3 > 0$). Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh layanan konseling individual teknik *self managemen* terhadap adiksi *game online* siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Medan TA 2025/2026 dapat diterima.

Kata Kunci: Adiksi, *Game Online*, Konseling Individual, Teknik *Self Management*.

ABSTRACT

DWI AULIA SASMITA. The Effect of Individual Counseling Using Self-Management Techniques on Online Game Addiction Among Grade XI Students at SMA Negeri 4 Medan Academic Year 2025/2026. Skripsi. Medan: Faculty of Education. State University of Medan. 2026.

This study aims to determine the effect of individual counseling using self-management techniques on online game addiction among Grade XI students at SMA Negeri 4 Medan during the 2025/2026 academic year. A quantitative research method was employed, specifically a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The subjects consisted of four Grade XI students at SMA Negeri 4 Medan (Academic Year 2025/2026) who exhibited high online game addiction scores, selected via purposive sampling. Data collection utilized a questionnaire containing statements designed to assess the level of online game addiction behavior. Data analysis was conducted using the Wilcoxon test to examine the impact on student addiction levels. Results showed a mean pre-test score of 130 and a mean post-test score of 81.25 for the experimental group. The Wilcoxon test yielded a calculated J-value (J-count) of 3 and a critical J-value (J-table) of 0 (based on the Wilcoxon signed-rank test table). For $n=4$ and $\alpha=0.05$, the hypothesis acceptance/rejection criteria state that the hypothesis is accepted if $J\text{-count} > J\text{-table}$; since $3 > 0$, the calculation demonstrates a significant effect of the treatment (individual counseling using self-management techniques) on the experimental group. Thus, the study concludes that individual counseling using self-management techniques has a significant effect on online game addiction among Grade XI students at SMA Negeri 4 Medan (Academic Year 2025/2026).

Keywords: Addiction, Online Games, Individual Counseling, Self-Management Techniques.