

PENERAPAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI KECANDUAN *GAME ONLINE MOBILE LEGENDS* TERHADAP SISWA KELAS XII F-6 DI SMA NEGERI 2 KUDUS

Putri Retnaningsih^{1a}, Agung Slamet Kusmanto^{2b}, Sumarwiyah^{3c}

¹Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus

^aE-mail: putriretnaningsih31@gmail.com

^bE-mail: agung.slamet@umk.ac.id

^cE-mail: sumarwiyah@umk.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received : 15-12-2024

Revised : 15-01-2025

Accepted : 23-02-2025

KEYWORDS

Group Counseling, Self Management Technique, Game Online Mobile Legends Addiction

ABSTRACT

Online game addiction can be defined as an activity that involves excessive online gaming. So, it can make students ignore their duties, namely learning and doing assignments because they are busy playing online games. The objectives of this study are: 1. To determine the application of group counseling services of self management techniques to reduce addiction to game online Mobile Legends in class XII F-6 SMA Negeri 2 Kudus students. 2. To determine the group counseling services of self-management techniques are effective in reducing addiction to game online Mobile Legends in students of class XII F-6 SMA Negeri 2 Kudus. This research uses a type of quantitative research using the Quasi-Experimental Design (Quasi-Experiment) method with One-group Pretest-Posttest Design. The results of this study indicate that before group counseling services with self-management techniques (pre-test) students had a high level of addiction to mobile legends online games with an average of 98.5 and after group counseling services with self management techniques (post-test) had an average of 63.5 with a difference of 35.5% which means a decrease. The results of statistical data interpretation in the Wilcoxon test obtained a significance of 0.028. The value of Asymp. Sig. (2-tailed) of 0.028 < 0.05 so that the hypothesis is accepted. The contribution of this research for counseling is to add insight and knowledge that self-management techniques are one of the right methods in solving problems regarding online game addiction.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



INTRODUCTION

Teknologi informasi dan komunikasi saat ini mengalami perkembangan yang sangat pesat dan salah satu dampaknya yaitu internet. Berbagai informasi bisa diperoleh dari internet secara bebas, tidak hanya informasi, namun juga berbagai sarana hiburan telah disajikan oleh internet seperti *game online*. Meningkatnya popularitas *game online* di Indonesia dapat dilihat dari jumlah *event* yang dilakukan oleh perusahaan/penerbit *game*. Pada tahun 2021, Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah pemain *games* terbanyak di pasar Asia Tenggara. Berdasarkan laporan dari Indonesia *E-sports Industry Outlook 2021*, tercatat lebih dari 118 juta pemain *games*. Didominasi oleh *game online* (Jacob, 2022). Meskipun *game* telah diakui sebagai bentuk hiburan populer, *game online* juga dilaporkan telah menyebabkan masalah potensial. Semakin banyak kekhawatiran dari pemerintah mengenai potensi isu-isu yang disebabkan oleh *game online* di kalangan remaja. *Game online* memberikan banyak dampak kepada orang yang mengalami kecanduan. Dampak negatif siswa yang mengalami kecanduan *game online* dilihat pada penurunan akademik siswa. Biasanya siswa lebih agresif ketika sedang bermain *game* diganggu oleh teman akan meluapkan emosi berlebih dibandingkan dengan anak yang tidak bermain *game online*, tetapi jika siswa tersebut sudah kecanduan *game online*, mereka menjadi lebih tidak peduli dengan lingkungan sekitar.

Menurut Pande & Marheni 2015 (Setyowati et al., 2023), kecanduan *game online* dapat didefinisikan sebagai aktivitas yang melibatkan *game online* secara berlebihan. Sehingga, dapat membuat siswa tidak memperdulikan tugasnya yaitu belajar dan mengerjakan tugas karena sibuk bermain *game online*. Orang yang mengalami kecanduan bermain *game online* merasa kurang nyaman ketika berada tempat yang ramai sehingga akan menarik diri dari pergaulan sosialnya. Siswa lebih tertarik mengejar pencapaian misi dalam *game* dari pada aktivitas yang dilakukan sehari-hari.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kecanduan *game online* yang dilakukan oleh peneliti di kelas XII F-6 SMAN 2 KUDUS, peneliti mendapati banyak siswa yang mengisi waktu luangnya untuk bermain *game*. Waktu luang mereka ada pada waktu istirahat disekolah, libur sekolah, atau bahkan dimalam hari yang seharusnya mereka mengerjakan tugas atau mempelajari materi untuk keesokan hari namun mereka menggunakannya untuk bermain *game online*. Sedangkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap klien MF, IK, dan AL. Dari hasil wawancara dengan MF, ia mengatakan bermain *game online* sampai lupa waktu dan selalu begadang, itu menyebabkan dia sering terlambat masuk sekolah serta saat mata pelajaran berlangsung dia sering mengantuk. Sedangkan IK mengatakan di *game online Mobile Legends* tahtanya sudah tinggi, jadi harus mempertahankan tahta itu agar tidak menurun, dengan dia mempertahankan tahta itu dia harus rajin untuk memainkan *Mobile Legends* dan hal itu menyebabkan ia seringkali lupa mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru pelajaran menjadikan nilainya menurun seiring berjalannya waktu. Adapun AL mengatakan ia sering bermain *game* diam-diam dikolong meja saat ia merasa bosan dengan guru yang menjelaskan pelajaran dikelas, pernah ketahuan dan dikeluarkan dari kelas saat itu juga, tetapi ia tidak bisa mengubah kebiasaan buruknya itu.

Adanya fenomena kecanduan *game online Mobile Legends* ini, gejala-gejala dan dampak yang terjadi, sebaiknya segera dilakukan penanganan supaya dapat terselesaikan dan tidak menjadi *bad habits* atau kebiasaan hidup yang buruk yang dapat memengaruhi kehidupan remaja dikemudian hari. Maka dari itu, dalam upaya mengatasi kecanduan *game online Mobile Legends* pada siswa kelas XII F-6 di SMAN 2 Kudus salah satu usaha yang digunakan peneliti untuk membantu menyelesaikan masalah tersebut adalah dengan layanan konseling kelompok teknik *self management*. Adapun rumusan masalah yang akan diselesaikan melalui penelitian ini adalah: 1) Bagaimana penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi kecanduan *game online Mobile Legends*. 2) Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi kecanduan *game online mobile legends*.

METODE

Metode penelitian merupakan tindakan yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data atau informasi untuk diolah dan dianalisis secara ilmiah. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 2 Kudus. Waktu penelitian yaitu pada bulan Juli-Agustus 2024. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *Quasi-Experimental Design* (Eksperimen-kuasi) dengan *One-group Pretest-Posttest Design*. Menurut Hastjarjo (2019), metode *Quasi-Experimental Design* (Eksperimen-kuasi) merupakan satu eksperimen yang penempatan unit terkecil eksperimen ke dalam kelompok eksperimen dan kontrol tidak dilakukan dengan acak (*non-random assignment*). Subjek dalam penelitian ini adalah 6 siswa kelas XII F-6 SMA Negeri 2 Kudus yang memiliki kecanduan dengan *game online*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara, observasi dan kuesioner.

HASIL DAN DISKUSI

Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan teknik self management dimulai dengan pembagian instrument pre-test kepada siswa kelas XII F-6 pada hari Selasa, 23 Juli 2024. Ini merupakan tahap pemilihan subjek serta tes awal yang bertujuan untuk mengukur tingkat kecanduan *game online mobile legends* terhadap siswa. Penelitian ini dilakukan dengan memiliki tujuan untuk mendapatkan hasil yang akurat terhadap permasalahan penelitian. Dalam setiap pertemuan memiliki waktu sekitar 1×45 menit dengan rancangan pada saat pertemuan meliputi tahapan-tahapan yang sudah ditentukan sebelumnya, yaitu (1) pemberian pre-test, (2) pemberian layanan konseling kelompok teknik self management, (3) pemberian post-test.

Penelitian ini memberikan layanan konseling kelompok teknik self management dengan tahapan (1) pemantauan diri (self monitoring), (2) perjanjian dengan diri sendiri (self contracting), (3) penguasaan terhadap rangsangan (stimulus control), (4) reinforcement positif (self reward). Pelaksanaan treatment dilakukan pada jam BK melalui kesepakatan yang telah disetujui oleh kolaborator.

1. Hasil Pre-Test

Peneliti memberi kuesioner kecanduan *game online* kepada siswa kelas XII F-6 sebagai pre-test sebelum layanan diberikan, dan ditemukan bahwa 6 siswa memiliki kategori tinggi. Berdasarkan hasil pre-test siswa dengan berbagai kategori pada tabel.

Tabel 1. Hasil Pre-test Game Online

No.	Inisial	Skor	Kategori
1	A.R	91	Tinggi
2	D.P	94	Tinggi
3	J.R	110	Sangat Tinggi
4	M.B	114	Sangat Tinggi
5	N.N	92	Tinggi
6	R.A	90	Tinggi
Rata – rata		98,5	Tinggi

2. Deskripsi Proses Konseling dengan Konseling Kelompok Teknik *Self-Management*

Pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok teknik self management dilakukan dalam 5 pertemuan dalam 1 bulan. Deskripsi layanan konseling kelompok teknik self management untuk mengurangi kecanduan game online mobile legends terhadap siswa kelas XII F-6 di SMA Negeri 2 Kudus.

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* pada pertemuan pertama dari subjek sebanyak 6 siswa 2 diantaranya berada pada kategori sangat tinggi serta 4 lainnya berada pada kategori tinggi, hal ini didapatkan dari hasil kuesioner dan wawancara. Siswa yang berada kategori sangat tinggi memang sangat ketergantungan dengan hp apalagi dengan *game online*. (*format data halus pertemuan I terlampir di lampiran 24 halaman 117*)

Pertemuan kedua, peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik self management dengan permasalahan yang berbeda, hasil yang didapatkan dari pertemuan II tingkat kecanduan *game online* siswa agak sedikit menurun dari subjek sebanyak 6 siswa, terdapat 3 siswa yang berkategori sedang, 2 siswa yang berkategori tinggi, dan 1 siswa yang berkategori masih sangat tinggi. (*format data halus pertemuan II terlampir di lampiran 25 halaman 118*).

Pertemuan ketiga, peneliti masih memberikan layanan konseling kelompok teknik self management tetapi dengan permasalahan yang berbeda, hasil yang didapat dari pertemuan III tingkat kecanduan game online siswa menurun dari subjek sebanyak 6 siswa, terdapat 4 siswa berada kategori sedang, 1 siswa berada dikategori rendah, dan 1 siswa lainnya masih berada pada kategori tinggi. (*format data halus pertemuan III terlampir di lampiran 26 halaman 119*).

Pertemuan keempat, peneliti tetap memberikan layanan konseling kelompok teknik self management dengan permasalahan yang berbeda pula, hasil yang didapat dari pertemuan IV tingkat kecanduan game online terhadap siswa mengalami penurunan, subjek sebanyak 6 siswa, terdapat 2 siswa berada di kategori rendah dan 4 lainnya dikategori sedang. (*format data halus pertemuan IV terlampir dilampiran 27 halaman 120*).

Pertemuan kelima, peneliti tidak memberikan layanan konseling tetapi hanya mengisi post-test, hasil yang didapat dari post-test, subjek sebanyak 6 siswa, terdapat 2 siswa berada di kategori sedang, 3 siswa berada dikategori rendah, dan 1 siswa berada dikategori sangat rendah, (*format data halus pertemuan V terlampir dilampiran 28 halaman 121*).

Setelah dilakukan *post-test*, semua siswa yang menjadi anggota kelompok memiliki penurunan yang signifikan dalam tingkat kecanduan game online. Hasil rata-rata yang didapatkan sebelum pemberian layanan konseling kelompok teknik self management sebesar 98,5 dengan kategori tinggi dan hasil rata-rata setelah diberikannya layanan konseling kelompok teknik self management sebesar 63,5 yang berada pada indikator rendah dimana hal ini mengalami penurunan sebesar 35,5%. Hal ini sejalan dengan penelitian Vania, N. R., Supriatna, E., & Fatimah, S. (2019) yang sama-sama menggunakan layanan konseling kelompok teknik self management memperoleh hasil yang signifikan yakni $0,000 < 0,05$ dengan judul penelitian Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management dalam Rangka Pengelolaan Stress Akademik Peserta Didik Kelas VIII SMP.

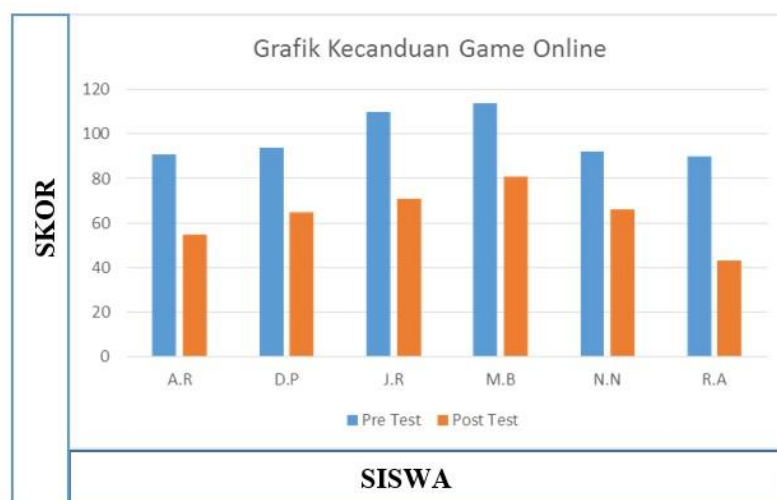
3. Hasil Post-Test

Berdasarkan hasil layanan yang diberikan oleh peneliti sebanyak 5 kali kepada siswa yang memiliki tingkat kecanduan game online kategori tinggi, berikut adalah hasil post-test yang diperoleh.

Tabel 2. Hasil *Post-Test* Kecanduan *Game Online*

No.	Inisial	Skor	Kategori
1	A.R	55	Rendah
2	D.P	65	Rendah
3	J.R	71	Sedang
4	M.B	81	Sedang
5	N.N	66	Rendah
6	R.A	43	Sangat Rendah
Rata – rata		63,5	Rendah

Berdasarkan pada tabel diatas, 6 siswa yang memiliki hasil *pre-test* tinggi, lalu kemudian 6 siswa diberikan *treatment*. Dari hasil tersebut terlihat bahwa hasil *post-test* mengalami penurunan dan dapat diartikan bahwa kecanduan *game online mobile legends* dapat dikurangi.



Gambar 1. Grafik Pre-Test & Post Test

4. Hasil Analisis Uji Wilcoxon Signed Ranks Test

Hipotesis yang diujikan pada penelitian yang berjudul “penerapan layanan konseling kelompok teknik *self-management* untuk mengurangi kecanduan *game online mobile legends* terhadap siswa kelas XII F-6 di SMA Negeri 2 Kudus” ini adalah “kecanduan *game online mobile legends* dapat dikurangi melalui konseling kelompok dengan teknik *self management* terhadap siswa kelas XII F-6 di SMA Negeri 2 Kudus” pengujian hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan analisis *statistic Wilcoxon signed rank test* melalui program SPSS, pemilihan uji dengan

menggunakan analisis *statistic Wilcoxon signed rank test* ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan dua sampel yang saling berpasangan. Berdasarkan hal tersebut didapatkan hasil seperti pada tabel dibawah ini, sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil analisis Wilcoxon Signed Ranks Test Perbedaan Kecanduan Game Online Siswa pada Pre-Test dan Post-Test

Test Statistics^a

	Post-Test - Pre-Test
Z	-2.201 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.028

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) kecanduan game online siswa sebesar 0,028 atau probabilitas dibawah 0,05 ($0,028 < 0,05$). Dari hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Demikian maka hipotesis yang diujikan pada penelitian ini dapat diterima yakni “terdapat perbedaan postif dan signifikan pada kecanduan *game online* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik *self management*”.

Selanjutnya untuk melihat arah perbedaan *pre-test* dan *post-test* yang lebih jelas dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Perbedaan Pre-Test dan Post-Test Kecanduan Game Online Siswa

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-Test - Pre-Test	Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

a. Post-Test < Pre-Test

b. Post-Test > Pre-Test

c. Post-Test = Pre-Test

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai 6^a berarti dari 6 responden yang dilibatkan dalam perhitungan ini sebanyak 6 siswa yang mengalami perubahan atau penurunan yang signifikan dari hasil *pre-test* dan *post-test* dengan selisih 35 dalam kategori sangat rendah. Oleh sebab itu, dapat diartikan bahwa siswa mengalami perubahan atau penurunan mengenai kecanduan *game online* setelah mendapatkan suatu perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Hal ini menyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* terbukti efektif untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat 6 siswa memperoleh rata-rata skor pre-test kecanduan game online siswa sebesar 98,5 dengan kategori tinggi. Berbeda dengan skor saat setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik self-management (post-test) dimana hal ini mengalami penurunan sebesar 35,5% dengan hasil rata-rata sebesar 63,5 yang berada pada kategori rendah.

Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan. Pertama, penelitian ini menggunakan pendekatan konseling kelompok yang memungkinkan interaksi antar siswa yang bisa saling sharing tentang perilaku dan kebiasaan bermain game online dan bisa saling mengevaluasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelum dan sesudah layanan konseling kelompok menggunakan teknik self management, serta didukung oleh penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa kecanduan game online sangat berpengaruh pada perilaku yang dicerminkan di kehidupan sehari-hari, tidak hanya berpengaruh pada diri sendiri, tetapi juga berpengaruh pada lingkungan sekitar.

Dari uji hipotesis penelitian layanan konseling kelompok dengan teknik self management dapat mengurangi kecanduan game online pada siswa dapat diterima, karena perubahan yang signifikan sebesar 0,028, yang merupakan probabilitas dibawah nilai acuan 0,05 ($0,028 < 0,05$).

Penelitian ini berkontribusi dapat membantu guru BK SMA N 2 Kudus mengembangkan metode intervensi yang lebih efektif untuk mengurangi kecanduan game online mobile legends siswa. Teknik self management membantu siswa mengontrol diri dan mengubah perilakunya sendiri dengan efektif. Penelitian ini juga dapat mendorong guru BK untuk terus memperbarui pengetahuan mereka tentang teknik-teknik konseling yang inovatif dan berbasis bukti. Hal ini sama dengan penelitian oleh Setyowati et al. (2023) mengenai penerapan teknik self management mampu mengontrol dan mengubah perilaku kebiasaan bermain game online dari yang tidak bisa lepas dari handphone menjadi lebih bisa mengurangi kebiasaan itu, sehingga dapat mengurangi kecanduan game online terhadap siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L., A.W, S., & Sri Rahayu, M. (2018). Konseling Kelompok Berbasis Teknik Self-Management Tazkiyatun Nafsi : Suatu Intervensi Psikologi Dalam Peningkatan Self-Direction In Learning Siswa. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.24014/jp.v13i1.2399>
- Amran, Ali. Marheni, Eddy. Dkk. (2020). Kecanduan Game Online Mobile Legends dan Emosi Siswa SMAN 3 Batusangkar. *Jurnal Patriot*, 2 (4), 1118-1130.
- Anisa, U. W., & Navion, F. P. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Anak Binaan SMP di LPKA Kelas I Blitar. *Guidance*, 19 (02), 46–55. <https://doi.org/10.34005/guidance.v19i02.1990>
- Arif, M. N., & Sumawati, M. sondang. (2016). Pengembangan Game Edukasi Interaktif pada Mata Pelajaran Komposisi Foto Digital Kelas XI di SMK Negeri 1 Surabaya. *Jurnal IT-EDU*, 01(02), 28–36. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/it-edu/article/view/17423>
- Arimbi. (2020). Konseling Kelompok Teknik Self-Management Efektif Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMA. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 293–299. <https://doi.org/10.26539/teraputik.42442>
- Artini, K., Suranata, K., & Dharsana, K. (2020). The Effectiveness of Behavioral Counseling with Self Management Techniques to Improve Student Self Achievment. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>
- Asywid Nur, A. (2022). Fenomena Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Pedesaan. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(2), 391–400.
- Azalea, G. C., Muhammad, R. M., Derecantya, Maksumah, Z. L., & Qoriah, N. F. (2019). Eksplorasi Game Online Pada Smartphone Terhadap. *Proceeding Hasil Penelitian Eksperimen 2019: Cluster Tema: Personality & Character*, 1–6.

- Barida, M., & Prasetiawan, H. (2018). Urgensi Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Moral Siswa SMP. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 27. <https://doi.org/10.26638/jfk.439.2099>
- Creswell, J. W. (2012). *FOURTH EDITION: EDUCATIONAL RESEARCH*.
- Fahmi, N. N., & Slamet. (2016). Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa. *jurnal Hisbah*, 13(1), 69–84. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/psdpd/article/view/17758>
- GAZDA, G. M. (1984). *GROUP COUNSELING A DEVELOPMENTAL APPROACH (THIRD EDIT)*. Allyn and Bacon, Inc.
- Handayani, T. (2017). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK MANAJEMEN DIRI UNTUK MENGURANGIKECANDUAN GAME ONLINE PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 11 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2016/2017. In *Block Caving – A Viable Alternative?* (Vol. 21, Nomor 1).
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Jap, Tjibeng. (2017). The Technology Acceptance Model of Online Games in Indonesia Adolescents. *Makara Hubs-Asia*, 21 (1), 24-31.
- Kiniret, Rinta. Susilowati, Tri. (2021). Gambaran Karakteristik Anak yang Mengalami Kecanduan Bermain Game Online. *ASJN: Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing*, 2 (2), 42-46.
- Kusmawati, A. (2019). *Modul Konseling*. Universitas Muhammadiyah Jakarta, 1–17.
- Mairistia, R. (2020). Skripsi “Kecanduan Game Online dan Penanganannya Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Di Kota Madya Sabang.” Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh, hlm 2.
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., & Gannika, L. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 18. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i2.32318>
- Mustamiin, M. Z. (2019). Konseling Individu Dengan Sikap Kecanduan Game Online Mobile Legend Pada Siswa. *Jurnal Visionary: Penelitian dan Pengembangan dibidang Administrasi Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/10.33394/vis.v4i1.1980>
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Nur, M. L. (2018). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Game Online pada Siswa di SMK NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN. 1–12.
- Prasetiawan, H. (2006). KONSELING TEMAN SEBAYA (PEER COUNSELING) UNTUK MEREDUKSI KECANDUAN GAME ONLINE. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1–13.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: FIP UM Padang.
- Pujaastwa, I. B. G. (2016). Teknik wawancara dan observasi untuk pengumpulan bahan informasi. 1–11.
- Putri, R. C. S., Budiyo, & Kokotiasa, wawan. (2021). Dampak Game Online Mobile Legends terhadap Perilaku Remaja. *Jurnal Penelitian Ilmu Humaniora*, 1(1), 1–7. <https://journal.actual-insight.com/index.php/antropocene/article/view/16>
- Rasimin. Hamdi, M. (2018). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Retnowulan, D. A., & Warsito, H. (2013). Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home. *Jurnal BK UNESA*, 3(1), 335–340.
- Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah: Metode, Teknik dan Aplikasi*. Bandung: UPI PRESS.
- Saka, A. D., & Wirastania, A. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Self-Management Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X Sman 15 Surabaya. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 38(2), 59–68. <https://doi.org/10.36456/helper.vol38.no2.a3708>

- Setyowati, A., Suardiman, S. P., & Lestari, N. T. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online (Pada Siswa Kelas VIII) di SMP Negeri 1 Pundong. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(1), 15–22. <https://doi.org/10.30653/001.202371.218>
- Sudowo. (2023). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Self Control Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Mobile Legend.
- Sugiarto. (2016). *Game Online*. 4(1), 1–23.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h.96
- Syahputri, Addini. Fallena, Fay. Syafitri, Ramadhani. (2023). Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, 2 (1), 160-166.
- Syahrar, R. (2015). Perilaku Yang Ditimbulkan Dari Kecanduan Game Online Pada Siswa SMP Negeri 1 Palu. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 84–92.
- Ulfa, Rafika. (2021). VARIABEL PENELITIAN DALAM PENELITIAN PENDIDIKAN. *Al-Fathonah : Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 342-351.
- Vania, N. R., Supriatna, E., & Fatimah, S. (2019). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Rangka Pengelolaan Stres Akademik Peserta Didik Kelas Viii Smp. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 2(6), 250. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i6.3541>
- Yam, Jim. Taufik, Ruhayat. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *PERSPEKTIF: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3 (2), 96-102.