

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kasih, dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Control* terhadap Intensitas Bermain *Game Online* Siswa SMAN 2 Toraja Utara” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan Konseling Kristen.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, dukungan, dan motivasi. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Agustinus, M.Th. selaku Rektor Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan studi di IAKN Toraja.
2. Djidon Lamba, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen (FKIPK) yang telah memberikan pelayanan yang baik kepada semua mahasiswa untuk kelancaran studi.
3. Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th. selaku Koordinator Program Studi bimbingan Konseling Kristen (BKK) di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja sekaligus Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, serta dukungan penuh selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.

4. Narno, M.Pd. selaku dosen pembimbing I dan penguji pendamping yang telah dengan sabar meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, saran, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan bapak meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing penulis sejak penyusunan proposal, pelaksanaan penelitian, hingga penyelesaian skripsi ini. Bimbingan motivasi, dan dukungan yang diberikan sangat berarti bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Semoga Tuhan Yesus senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, dan berkat yang melimpah kepada bapak atas segala kebaikan yang telah diberikan.
5. Gabriela G. Allo Linggi, S.psi. Psikolog yang telah memberikan kritik, saran, masukan, serta arahan yang sangat bermanfaat sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Dr. Syani B. Rante Salu, M.Pd.K selaku dosen wali yang tidak hentinya memberikan masukan dan motivasi untuk penyusunan skripsi ini. Serta dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen yang tidak dapat penulis sebut satu persatu karna telah memberikan banyak ilmu dan masukan kepada penulis.
7. Kedua orang tua tercinta, almarhum Bapak (Yulius Payung) dan Ibu (Neti Tandi Allo), penulis menyampaikan rasa hormat, cinta, dan terima kasih

yang sebesar-besarnya. Kepada almarhum Bapak, terima kasih atas kasih sayang, didikan, pengorbanan, serta nilai-nilai kehidupan yang telah diberikan semasa hidup dan menjadi sumber kekuatan serta motivasi bagi penulis untuk terus berjuang menyelesaikan pendidikan ini. Semoga almarhum senantiasa memperoleh tempat terbaik di sisi Tuhan Yang Maha Esa. Kepada Ibu, penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas kasih sayang, doa yang tidak pernah putus, dukungan, pengorbanan, kerja keras, serta segala bentuk perhatian yang telah diberikan, termasuk dalam membiayai pendidikan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Tanpa ketulusan, perjuangan, dan pengorbanan Ibu, pencapaian ini tidak akan terwujud. Semoga Tuhan Yesus senantiasa memberikan kesehatan, umur panjang, kekuatan, dan berkat yang melimpah kepada Ibu.

8. Kepada ke empat saudara penulis, Toni, Alvin, Wiwianti, Meis terimakasih atas doa, dukungan, semangat yang selalu diberikan dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Kepada sahabat terkasih, Paska dan Yulianti, serta Aldy dan teman-teman kelas B angkatan 22 dan juga kepada seluruh teman-teman dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala doa, dukungan, motivasi, bantuan, perhatian, dan kebersamaan yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung, selama masa

perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini. Setiap bentuk bantuan dan semangat yang diberikan memiliki arti yang sangat berharga bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.

10. Teruntuk diri sendiri, terima kasih atas usaha, kesabaran, dan ketekunan dalam menghadapi setiap proses dan tantangan selama penyusunan proposal sampai pada skripsi ini. Tetap bertahan dan terus berjuang hingga mampu menyelesaikan setiap tahap dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan ke depannya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Tana Toraja, 30 Juli 2026

Yulianti Manik Allo

DAFTAR ISI

SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
SURAT BEBAS PLAGIARISME.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR GAMBAR	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
1. Manfaat Teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	10
E. Sistematika Penulisan.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	13
1. Pengertian Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	13
2. Tujuan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	15

3. Unsur-Unsur Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	17
4. Tahapan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	22
B. Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	29
1. Pengertian intensitas Bermain <i>Game Online</i>	29
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Intensitas Bermain <i>Game Online</i> 31	
3. Aspek-Aspek Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	32
4. Hubungan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i> dengan Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	35
C. Kerangka Berpikir	36
D. Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis Penelitian.....	39
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	40
C. Populasi dan Sampel	41
1. Populasi.....	41
2. Sampel.....	41
D. Variabel Penelitian	42
E. Definisi Oprasional	43
1. Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	43
2. Perilaku Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	43
F. Jenis Data.....	44
1. Data.....	44
2. Sumber Data	44
G. Metode Pengumpulan Data.....	45
1. Instrumen.....	45
2. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	46
H. Prosedur Penelitian.....	50

I. Prosedur Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Control</i>	51
J. Metode Analisis Data	54
1. Analisis Deskriptif.....	54
2. Analisis Inferensial.....	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	57
A. Hasil Penelitian.....	57
1. Deskripsi Variabel X.....	58
2. Deskripsi Variabel Y.....	59
3. Analisis Deskriptif.....	60
4. Analisis Inferensial.....	66
B. Pembahasan	70
BAB V.....	77
KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Desain Penelitian	39
Tabel III.2 Penilaian Pernyataan intensitas bermain <i>game online</i>	45
Tabel III.3 Instrumen Intensitas Bermain <i>Game online</i>	46
Tabel III.4 Hasil Uji Validitas Instrumen	48
Tabel III.5 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen	49
Tabel III.6 Klasifikasi Tingkat Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	55
Tabel IV.1 Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Teknik <i>self control</i>	58
Tabel IV.3 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol	61
Tabel IV.4 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	62
Tabel IV.5 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	63
Tabel IV.6 Hasil Pengurangan Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Pada Kelompok Eksperimen Sesudah diberikan Layanan.	64
Tabel IV.8 Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Nilai <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	67
Tabel IV.9 Hasil Uji Statistik (<i>Test Statistics</i>) <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	68
Tabel IV.10 Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Nilai <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	69
Tabel IV.11 Hasil Uji Statistik (<i>Test Statistics</i>) <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar IV.1 Grafik Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	64
Gambar IV.1 Grafik Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	61