

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK
SELF CONTROL TERHADAP INTENSITAS
BERMAIN GAME ONLINE SISWA
SMAN 2 TORAJA UTARA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja sebagai Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

**YULIANTI MANIK ALLO
1220229249**

**Program Studi Bimbingan Konseling Kristen
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN KRISTEN
INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Control*
Terhadap Intensitas Bermain *Game Online* Siswa SMAN 2
Toraja Utara

Disusun oleh :

Nama : Yulianti Manik Allo

NIRM : 1220229249

Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen

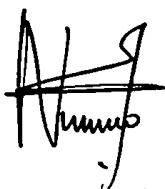
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Setelah dikonsultasikan, dikoreksi, dan diperbaiki berdasarkan arahan dosen pembimbing, maka skripsi ini disetujui untuk dipertahankan pada saat ujian skripsi yang diselenggarakan oleh Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Tana Toraja, 22 Juni 2026

Dosen Pembimbing

Pembimbing I,



Narno, M.Pd.
NIP. 199409272025051002

Pembimbing II,



Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th.
NIDN. 2229048701

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Control* Terhadap Intensitas Bermain *Game Online* Siswa SMAN 2 Toraja Utara

Disusun oleh :

Nama : Yulianti Manik Allo
NIRM : 1220229249
Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Dibimbing oleh:

I. Narno, M.Pd.
II. Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th.

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada ujian sarjana (S-1) Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja tanggal 15 Juli 2026 dan diyudisium tanggal 30 Juli 2026.

Dewan Penguji

Penguji Utama,

Penguji Pendamping,


Gabriela G.A. Linggi, S.Psi. Psikolog.
NIP. 199512042025052006

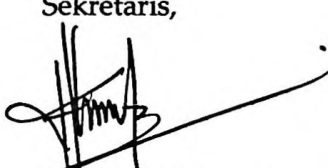

Narno, M.Pd.
NIP. 199409272025051002

Panitia Ujian Skripsi

Ketua,

Sekretaris,


Narno, M.Pd.
NIP. 199409272025051002


Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th.
NIDN. 2229048701

Mengetahui

Dekan,


Djidon Lamba, Rh.D.
NIDN. 2015048302

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulianti Manik Allo

NIRM : 1220229269

Program Studi : Bimbingan Konseling

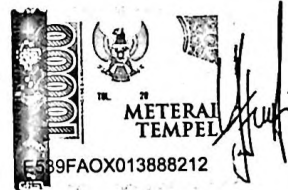
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Judul Skripsi : Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Control*
Terhadap Intensitas Bermain *Game Online* Siswa SMAN 2
Toraja Utara.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi tersebut adalah merupakan hasil karya sendiri kecuali kutipan-kutipan yang dengan jelas disebutkan sumber rujukannya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil saduran atau jiplakan dari karya orang lain, maka pihak kampus IAKN Toraja melalui Rektor, berhak untuk mencabut gelar dan ijazah yang diberikan kepada saya.

Tana Toraja, 30 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Yulianti Manik Allo

NIRM. 1220229249

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

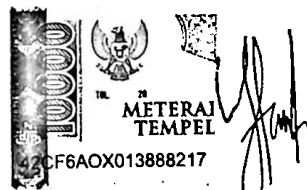
Nama : Yulianti Manik Allo
NIRM : 1220229249
Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Dengan ini menyetujui untuk memberikan ijin kepada pihak IAKN Toraja yaitu **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah skripsi yang berjudul: “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Control* Terhadap Intensitas Bermain *Game Online* Siswa SMAN 2 Toraja Utara”.

Dengan ini pihak IAKN Toraja berhak menyimpan, mengelolanya dalam pangkalan data (*database*), mendistribusikanya dan menampilkan atau mempublikasi sebagian dari skripsi ini (Bab 1 dan Bab 5) pada repository perguruan tinggi untuk kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama sebagai penulis skripsi ini

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tana Toraja, 30 Juli 2026
Yang membuat pernyataan



Yulianti Manik Allo
NIRM. 1220229249

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi saya persembahkan kepada:

Tuhan Yesus Kristus, yang senantiasa memberikan kasih, hikmat, kekuatan, dan penyertaan dalam setiap langkah kehidupan penulis. Hanya oleh anugerah dan pertolongan-Nya Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Orang tua tercinta, Alm Bapak Yulius Payung dan Ibu Neti Tandi Allo, sebagai sosok yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dukungan, pengorbanan, serta semangat tanpa mengenal lelah. Terima kasih atas segala cinta dan kepercayaan yang telah menjadi kekuatan terbesar dalam perjalanan pendidikan penulis.

Kampus Institut Agama Kristen Negeri (IAKN Toraja)

MOTTO

Dream, believe, achieve.

To God be the glory, forever and ever.

“Percayalah kepada TUHAN dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu.”

(Amsal 3:5-6)

~Yulianti Manik Allo~

ABSTRAK

Tingginya intensitas bermain *game online* pada siswa dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, pengelolaan waktu, dan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan bimbingan kelompok teknik *self control* terhadap intensitas bermain *game online* siswa SMAN 2 Toraja Utara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* tipe *nonequivalent control group design*. Sampel penelitian berjumlah 16 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, terdiri atas 8 siswa kelompok eksperimen dan 8 siswa kelompok kontrol. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami penurunan intensitas bermain *game online*, sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang berarti. Nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,012 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *self control* berpengaruh signifikan terhadap penurunan intensitas bermain *game online* siswa.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, *Self Control*, *Game Online*.

ABSTRACT

High levels of online gaming intensity among students can lead to reduced study concentration, poor time management, and diminished social interaction. This study aimed to examine the effect of group guidance services utilizing self-control techniques on the online gaming intensity of students at SMAN 2 North Toraja. A quantitative approach was employed using a quasi-experimental design—specifically, a non-equivalent control group design. The sample consisted of 16 students selected via purposive sampling, divided into an experimental group (8 students) and a control group (8 students). Data analysis was conducted using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results revealed a decrease in online gaming intensity within the experimental group, whereas the control group showed no significant change. The Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.012 (< 0.05) indicates that group guidance services using self-control techniques had a significant effect on reducing students' online gaming intensity.

Keywords: Group Guidance, Self Control, Online Games.