



**PELAKSANAAN KONSELING ISLAM
DALAM MENGATASI KECANDUAN
GAME ONLINE PADA SISWA
DI SMP N 5 ADIWERNA**



CAHYA AKHMAD YUSUF

NIM. 3519101

2026



**PELAKSANAAN KONSELING ISLAM
DALAM MENGATASI KECANDUAN
GAME ONLINE PADA SISWA
DI SMP N 5 ADIWERNA**



CAHYA AKHMAD YUSUF

NIM. 3519101

**PELAKSANAAN KONSELING ISLAM
DALAM MENGATASI KECANDUAN
GAME ONLINE PADA SISWA
DI SMP N 5 ADIWERNA**

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)



Oleh:

CAHYA AKHMAD YUSUF
NIM. 3519101

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2026**

**PELAKSANAAN KONSELING ISLAM
DALAM MENGATASI KECANDUAN
GAME ONLINE PADA SISWA
DI SMP N 5 ADIWERNA**

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)



Oleh:

CAHYA AKHMAD YUSUF
NIM. 3519101

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : CAHYA AKHMAD YUSUF

NIM : 3519101

Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Usluhuddin, Adab dan Dakwah

Menerangkan bahwa skripsi yang berjudul **“PELAKSANAAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE PADA SISWA DI SMP N 5 ADIWERNA”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini sudah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan

Apabila ditemukan di kemudian hari pernyataan tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 15 April 2026

Yang menyatakan,



Cahya Ahmad Yusuf

NOTA PEMBIMBING

Ryan Marina M.Pd

Desa Wangandowo Kecamatan Bojong

Lamp : 4 eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdra. Cahya Akhmad Yusuf

Kepada Yth.

Dekan Fakultas ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam
di **PEKALONGAN**

assalamualaikum Wr. Wb

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Cahya Akhmad Yusuf

NIM : 3519101

Judul : PELAKSANAAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI
GAME ONLINE PADA SISWA DI SMP NEGERI 5 ADIWERNA

Telah dapat diajukan untuk dapat segera dimunaqosahkan. Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 29 April 2026
Pembimbing



Ryan Marina M.Pd

NIP. 1989092022032001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara:

Nama : **Cahya Akhmad Yusuf**
NIM : **3519101**
Judul Skripsi : **Pelaksanaan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Siswa di SMP N 5 Adiwerna**

yang telah diujikan pada Hari Senin, 20 Juli 2026 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

Cintami Farmawati, M.Psi
NIP. 198608152019032009

Penguji II

Adib 'Aunillah Fasya, M.Si
NIP. 199201212022031001

Pekalongan, 22 Juli 2026

Disahkan Oleh

Dekan



Dr. Tri Astutik Hartini, M.Ag.
NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Dibawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa		es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	je
ح	Ha	H	ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	dal	D	de
ذ	Zal	z	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	Set	z
س	Sin	S	es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	S	es (dengan titik di bawah)

ض	dad	DI	de (dengan titik di bawah)
ط	za	Zh	Zet (dengan titik dibawah)
ظ	za	Zh	Zet (dengan titik dibawah)
ع	ain ‘ Koma terbalik (di atas)		
غ	Gain	G	ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	K	ka
ل	Lam	L	el
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	en
و	wau	W	we
ه	Ha	H	ha
ء	Hamzah		apostrof
ي	Ya	Y	ya

2. Vokal

Vokal Tunggal	Vokal Rangkap	Vokal Panjang
a = ا		a = ا
i = ا	i = ا ي	i = ا ي
u = ا	u = ا و	u = ا و

3. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/. Contoh:

مَرَأَةٌ جَمِيلَةٌ = *mar'atun jamilah*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/. Contoh:

فَاطِمَةُ = *fatimah*

4. Syaddad (Tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddad tersebut. Contoh:

رَبَّنَا = *rabbana*

الْبِرِّ = *al-birr*

5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” transliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu. Contoh:

الشَّمْسِ = *asy-syamsu*

الرَّجُلِ = *ar-rajulu*

السَّيِّدَةِ = *as-sayyidah*

Kata sandang diikuti oleh “huruf qamariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang. Contoh:

القَمَرِ = *al-qamar*

الْبَدِيعِ = *al-badi*

الْجَلَالِ = *al-jalal*

6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof /'/. Contoh:

أَمْرٌ = *umirtu*

شَيْءٍ = *syai'un*

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam tetap tercurah kepada Nabi Muhammad Shollallahu Alaihi Wassalam, keluarga, sahabat, serta pengikut beliau yang istiqomah hingga hari akhir. Sebagai rasa cinta dan kasih, saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT, terima kasih atas segala rahmat dan hidayah-Mu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Orang tua saya, Alm. Bapak Thofik dan Ibu Zayanah yang telah membuat segalanya menjadi mungkin sehingga anakmu bisa sampai pada tahap dimana skripsi ini akhirnya selesai. Terimakasih atas segala pengorbanan, nasihat, dan do'a baik yang tidak pernah berhenti diberikan kepada penulis.
3. Ibu Ryan Marina M.Pd.I, selaku dosen pembimbing yang sudah menuntun penulis dalam penyusunan skripsi ini
4. Almamater tercinta UIN Pekalongan, terimakasih sudah memberikan banyak pengalaman dan ilmu selama di kampus

MOTTO

“Orang berpendidikan tinggi tidak selamanya berbanding lurus dengan akhlak yang baik, maka jangan terlalu sedih dan marah saat kamu direndahkan atau dibenci oleh orang yang mengaku berilmu”

GOYA ASHRAF

“Saat kamu khawatir dengan kebahagiaan hidupmu ingat ini. Bahkan kehidupan bahagia pun tidak bisa lepas dari kegelapan dan kata kebahagiaan akan kehilangan maknanya jika tidak diimbangi dengan kesedihan. Jauh lebih baik menghadapi segala sesuatunya dengan sabar dan tenang.

KARL GUSTAV JUNG



ABSTRAK

Yusuf, Ahmad Cahya. 2026. *Pelaksanaan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Siswa SMP N 5 Adiwerna*. Skripsi. Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Dosen Pembimbing Ryan Marina, M. Pd

Kata Kunci : Konseling Islam, Kecanduan Game Online, Siswa SMPN 5 Adiwerna

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi nyata siswa yang mengalami kecanduan game online dan layanan bimbingan dan konseling di SMP N 5 Adiwerna. Selain itu, penelitian ini juga bermaksud memberikan strategi intervensi dan solusi praktis bagi pihak sekolah untuk memperbaiki dan memulihkan perilaku siswa.

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi secara langsung di lokasi penelitian. Jenis analisis data yang diterapkan meliputi tiga tahapan yang saling berkaitan, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan atau verifikasi untuk memperoleh hasil yang valid.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi awal siswa yang mengalami kecanduan gim daring cukup memprihatinkan karena rendahnya kedisiplinan belajar dan kesadaran beribadah. Simpulan dari penelitian ini adalah pelaksanaan konseling Islam yang diintegrasikan melalui layanan konseling individual, konseling kelompok, dan bimbingan klasikal mampu memberikan perubahan positif bagi siswa. Perubahan tersebut dibuktikan dengan berkurangnya intensitas bermain gim, meningkatnya kedisiplinan, serta tumbuhnya kesadaran dalam menjalankan kewajiban ibadah.

Kesimpulan penelitian ini bahwa kondisi siswa di SMP Negeri 5 Adiwerna menunjukkan masih terdapat siswa yang mengalami kecanduan game online dengan tingkat keparahan yang bervariasi, sehingga memicu penurunan prestasi belajar, kurangnya konsentrasi, serta munculnya perilaku kurang disiplin. Penelitian ini mengkaji permasalahan kecanduan game online tersebut dengan tujuan untuk mendeskripsikan kondisi nyata siswa di lapangan serta menganalisis penerapan layanan bimbingan secara mendalam. Saran penelitian ini adalah memberikan strategi intervensi dan solusi praktis yang efektif bagi pihak sekolah dalam memperbaiki serta memulihkan perilaku siswa yang kecanduan game online.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT, atas semua keberkahan serta rahmatnya yang telah dilimpahkan kepada kami. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan untuk baginda Nabi Muhammad SAW yang senantiasa menjadi panutan bagi kami semua. Dan semoga kami mendapatkan pertolongan-Nya di akhirat kelak, amiin

Selanjutnya, penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu kelancaran penulisan skripsi berjudul *“Pelaksanaan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecanduan Game Online pada Siswa di SMP Negeri 5 Adiwerna”*, baik secara moral maupun material. Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

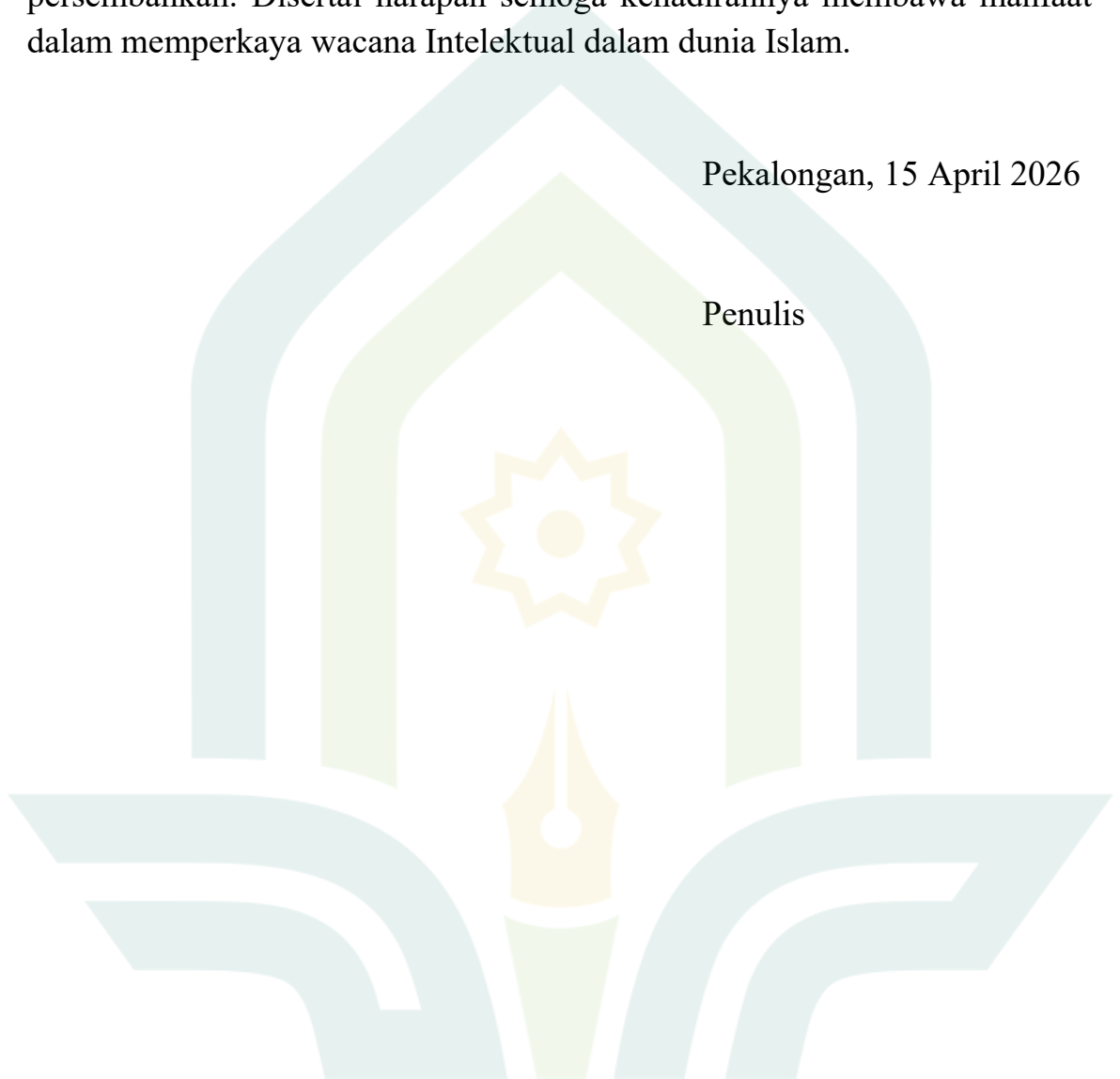
1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M. Ag, selaku Rektor UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan
2. Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
3. Dr. Muhamad Rifai Subhi, M.Pd.I, selaku pimpinan atau Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Adib ‘Aunillah Fasya, M.Si, selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
5. Dr. Ani, M. Pd. I, selaku Dosen Pembimbing Akademik Penulis
6. Ryan Marina M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah menuntun, membimbing, dan menyampaikan materi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Seluruh dosen dan staff TU serta karyawan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama belajar di kampus UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
8. Novi S.Pd, selaku guru BK di SMP N 5 Adiwerna yang bersedia membantu peneliti dalam menyediakan data untuk menyelesaikan skripsi ini.

Semoga amal baik dan jasa yang diberikan kepada Penulis mendapat balasan serta pahala kebaikan oleh Allah SWT. Penulis mengakui dan menyadari sepenuhnya bahwasannya karya skripsi ini belum sepenuhnya sempurna. Maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik, dan saran yang konstruktif agar ada peningkatan pada penulis yang akan datang.

Selanjutnya dengan segala kerendahan hati, karya ini penulis persembahkan. Disertai harapan semoga kehadirannya membawa manfaat dalam memperkaya wacana Intelektual dalam dunia Islam.

Pekalongan, 15 April 2026

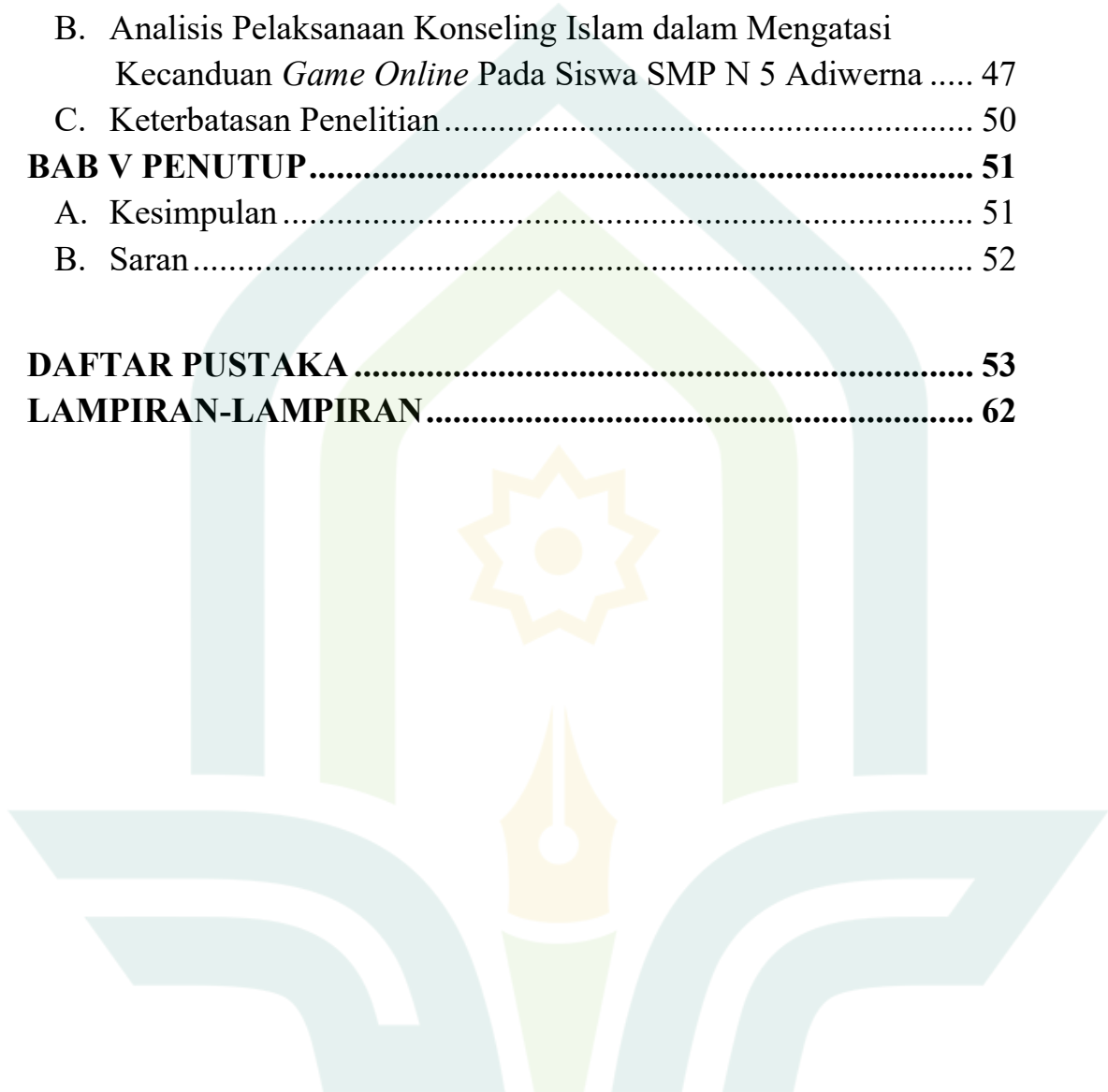
Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN.....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	iv
PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Kegunaan Penelitian	3
E. Tinjauan Pustaka	4
F. Metode Penelitian	8
G. Sistematika Penulisan.....	10
BAB II KONSELING ISLAM DAN KECANDUAN <i>GAME</i>	
<i>ONLINE</i>	11
A. Konseling Islam	11
B. Kecanduan Game Online	18
BAB III PELAKSANAAN KONSELING ISLAM DALAM	
MENGATASI KECANDUAN <i>GAME ONLINE</i> PADA SISWA DI	
SMP N 5 ADIWERNA	23
A. Gambaran Umum SMPN 5 Adiwerna.....	23
B. Kondisi Siswa SMP Negeri 5 Adiwerna Yang mengalami	
Kecanduan Terhadap <i>Game online</i>	25
C. Pelaksanaan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecanduan	
<i>Game online</i> Pada Siswa SMP Negeri 5 Adiwerna.....	37

BAB IV PELAKSANAAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI KECANDUAN <i>GAME ONLINE</i> PADA SISWA DI SMP N 5 ADIWERNA	45
A. Analisis Kecanduan <i>Game online</i> Pada Siswa SMP N 5 Adiwerna.....	45
B. Analisis Pelaksanaan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecanduan <i>Game Online</i> Pada Siswa SMP N 5 Adiwerna	47
C. Keterbatasan Penelitian	50
BAB V PENUTUP	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	62



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena *Game Online* saat ini telah bertransformasi dari sekadar hiburan alternatif pengusir kejenuhan menjadi sebuah permasalahan sosial yang serius di masyarakat. Kemajuan teknologi yang pesat membuat gim daring sangat mudah diakses oleh anak-anak, remaja, hingga orang dewasa melalui komputer maupun gawai pintar kapan saja dan di mana saja. Masalah mendasar muncul ketika antusiasme berlebihan ini tidak dibarengi dengan kontrol diri yang baik, sehingga banyak individu yang terjebak dalam fase kecanduan. Akibatnya, timbul fenomena keprihatinan di mana para pengguna mengabaikan berbagai kewajiban penting mereka seperti tugas akademik, interaksi sosial di dunia nyata, hingga tanggung jawab ibadah demi mempertahankan intensitas bermain gim tersebut.¹

Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder*. Fraldy Robert Mais menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan salah satunya yakni *computer game addiction* (berlebihan dalam bermain game).² Sedangkan menurut Angela, kecanduan *game online* merupakan salah satu hal yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang dikenal dengan istilah *internet addictive disorder*. Jadi, adiksi *game online* adalah ketergantungan individu secara berlebihan terhadap *game online* dengan ingin melakukan secara terus menerus yang pada akhirnya menimbulkan efek negatif pada fisik maupun psikologis individu.³

Teknologi dengan fasilitas *game online* ini juga sangat marak dikalangan para pelajar. Dalam hal ini melalui hasil wawancara yang saya lakukan dengan seorang guru SMP N 5 Adiwerna, bahwa siswa yang kecanduan *game online* terkadang berani bermain *game online* saat

¹ Fenomena Game Online terhadap Remaja, *Jurnal Curere* Vol. 01, No. 01 (April 2022), hlm. 28.

² Fraldy Robert Mais *et al.*, Kecanduan Game Online dengan Insomnia pada Remaja, *Jurnal Keperawatan (JKP)* Vol. 8, No. 2 (Agustus 2021), hlm. 19.

³ Azizah Batubara, Dkk, "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kecanduan *Game online* Pada Siswa Kelas Xi Di SMK Swakarya Binjai" (*Jurnal Serunai : Bimbingan dan Konseling*, Vol 11, No. 2, 2022), hlm. 68.

pelajaran berlangsung. Fenomena kecanduan *game online* yang terjadi di sekolah tersebut dapat mengganggu proses pembelajaran siswa dan berdampak pada tingkat prestasi siswa. Selain itu, kecanduan *game online* juga memberikan dampak yang buruk bagi siswa seperti perubahan mood, perilaku (penggunaan yang berlebihan) yang menyebabkan mengabaikan kebutuhan dasar seperti tidur, makan dan kebersihan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Terkadang juga sampai melalaikan sholat/ibadah.⁴

Dalam mengatasi permasalahan ini guru BK bisa memberikan beberapa alternatif salah satunya dengan melaksanakan layanan konseling Islam. Secara umum konseling Islam yakni pemberian bantuan dari konselor yang bertujuan agar konseli bisa memecahkan masalah yang dialami dengan potensi dan fitrah agama yang dimiliki. Dalam konseling Islam, menerapkan nilai ajaran Islam untuk membangunkan spiritualitas seseorang agar orang tersebut dapat menyelesaikan masalah dan menjalani kehidupan yang sesuai pada ketetapan dan petunjuk Allah, agar bisa bahagia di dunia maupun akhirat.⁵

Nilai-nilai Islam dapat menjadi landasan moral dalam membentuk sikap dan perilaku terhadap penggunaan gadget. Guru bimbingan konseling Islam dapat membimbing remaja untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan teknologi dengan norma-norma agama, menghindari perilaku yang berlebihan dan tidak sehat, melalui pendekatan berbasis Islam, guru bimbingan konseling dapat memberikan solusi konkret dan alternatif bagi remaja dalam mengatasi tekanan sosial terkait penggunaan gadget, sekaligus membentuk karakter yang kuat dan bertanggung jawab.

Berdasarkan fenomena tersebut perlu adanya usaha untuk mengurangi masalah kecanduan *game online* agar siswa pada masa perkembangannya tidak terganggu dan terhambat, sehingga tercipta kehidupan yang efektif dalam sehari-hari dan mampu mengembangkan bakat dan minatnya secara optimal. Apabila masalah ini tidak segera di tangani maka dikhawatirkan banyak dampak negatif yang muncul dari perilaku kecanduan *game online*. Dari paparan permasalahan di atas, Penulis memilih judul, “Pelaksanaan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecanduan *Game online* Siswa di SMP N 5 Adiwarna”.

⁴ Novi, S.Pd., Guru BK SMP Negeri 5 Adiwarna, Wawancara Pribadi, Adiwarna, 16 Januari 2026

⁵ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami* (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm. 33.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian ini merumuskan masalah yang berkaitan dengan judul, sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi siswa yang mengalami kecanduan *game online* di SMP N 5 Adiwerna?
2. Bagaimana pelaksanaan konseling Islam dalam mengatasi kecanduan online siswa di SMP N 5 Adiwerna?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai permasalahan yang telah dirumuskan diatas, maka penelitian ini memiliki beberapa tujuan, antara lain:

1. Untuk mengetahui kondisi siswa yang mengalami kecanduan *game online* di SMP N 5 Adiwerna.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan konseling Islam dalam mengatasi kecanduan *game online* siswa di SMP N 5 Adiwerna.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan menghasilkan kegunaan teoritis dan kegunaan praktis seperti dibawah ini :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan keilmuan dalam dunia Bimbingan Penyuluhan Islam khususnya untuk mengatasi persoalan siswa mengenai kecanduan terhadap *game online*. Penelitian ini juga dapat menambah pengetahuan mengenai konseling Islam.

2. Secara Praktis

Dari penelitian yang dilakukan, diharapkan hasilnya sebagai berikut.

- a. Bagi siswa SMP N 5 Adiwerna, sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam upaya mengatasi kecanduan *game online* pada siswa.
- b. Bagi guru BK, sebagai bahan masukan dan referensi dalam upaya penanganan permasalahan siswa.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai tambahan pengetahuan dan sumbangan untuk memperluas tentang bimbingan dan konseling.

E. Tinjauan Pustaka

1. Landasan Teori

Konseling Islam, menurut Hamdani Bakran, ialah aktivitas pemberian bantuan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang meminta bantuan agar mampu mengembangkan potensi akal, jiwa, keyakinan, serta keimanannya sehingga dapat menanggulangi permasalahan hidupnya secara mandiri dengan berpedoman pada Al-Qur'an dan As-Sunnah.⁶ Proses konseling ini dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu tahap awal (membangun hubungan dan memperjelas masalah), tahap pertengahan (mengeksplorasi masalah serta menerapkan pendekatan Islami seperti tawakal, salat, berzikir, dan melatih kesabaran), dan tahap akhir (mengevaluasi hasil konseling),⁷ yang diterapkan untuk mengatasi kecanduan *game online* (*internet gaming disorder*).

Kecanduan *game online* yaitu bentuk penggunaan internet yang bersifat patologis dan ditandai dengan partisipasi yang menetap serta terus-menerus dalam bermain gim hingga berdampak negatif terhadap hubungan sosial, aktivitas belajar, pola tidur, dan kondisi psikologis individu.⁸ Kondisi ini dapat dikenali melalui enam aspek atau indikator klinis, yaitu *salience* (bermain gim menjadi aktivitas paling penting dalam hidup), *mood change* (perubahan suasana hati akibat bermain gim), *tolerance* (kebutuhan untuk meningkatkan intensitas bermain guna memperoleh kepuasan yang sama), *withdrawal symptoms* (gejala tidak nyaman ketika tidak dapat bermain), *conflict* (timbulnya konflik dengan diri sendiri maupun orang lain), serta *relapse and reinstatement* (kecenderungan untuk kembali ke pola bermain yang berlebihan setelah sempat berhasil mengurangnya),⁹ yang kemudian menjadi dasar untuk melihat kondisi siswa yang mengalami kecanduan *game online* sebagaimana digambarkan dalam kerangka berpikir penelitian ini.

⁶ Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Aksara Senja, 2023), hlm. 14.

⁷ Kusmawati Hatta, *Trauma Dan Pemulihannya* (Banda Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press), hlm. 132–133.

⁸ Fadji Kirana Anggarani, "Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern," *Buletin Psikologi*, 1 (Juni 2025), hlm. 2–3.

⁹ Kimberly S. Young and Cristiano Nabuco, *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment* (Hoboken: John Wiley & Sons, Inc., 2021), hlm. 78–79.

2. Penelitian Yang Relevan

Dalam penelitian ini peneliti melakukan suatu telaah kepustakaan, dan ditemukan beberapa hasil penelitian atau kajian yang mempunyai kemiripan, antara lain:

Skripsi Yulia Miftahul Jannah, pada tahun 2019 yang berjudul “Konseling Islam Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Kecanduan *Game online* Seorang Siswa Kelas 2 Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Desa Tugusumberjo Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang” Hasil penelitian ini membahas mengenai proses yang dilakukan dalam bimbingan konseling Islam melalui teknik kontrak perilaku dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa dan dilakukan melalui beberapa tahapan.¹⁰ Persamaan terdapat dalam penelitian ini yaitu meneliti gejala yang dialami siswa yang mengalami kecanduan *game online* serta objek penelitiannya. Perbedaannya terletak pada tempat penelitian dan teknik yang digunakan.

Skripsi Nadin Adiwinata, pada tahun 2023 yang berjudul “Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik Self Management Dalam Menangani Kecanduan *Game online* (Studi Kasus Pada Siswa Kelas X SMA N 3 Rangkasbitung, Banten)”. Hasil penelitiannya yakni dengan menggunakan Teknik Self Management dapat mengatasi kecanduan *game online* dari para konseli yaitu sudah mulai bisa mengatur dirinya, sudah bisa memilih skala prioritas, dan karena diberikan bimbingan terapi sholat, do'a dan dzikir para konseli menjadi tidak lalai lagi dalam ibadahnya, para konseli juga dapat menahan rasa bosan dan memilih untuk diam didalam kelas mengikuti pembelajaran yang sedang berlangsung dan mendengarkan guru menjelaskan, selain itu para konseli juga sudah bisa sedikit demi sedikit melatih dirinya untuk bersabar dan optimis ketika sedang ada masalah.¹¹ Penelitian ini sama-sama membahas perihal menangani kecanduan *game online* pada siswa. Sedangkan perbedaannya terdapat pada fokus kajian pengamatan yang

¹⁰ Yulia Miftahul Jannah, Skripsi : *Konseling Islam Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Kecanduan Game online Seorang Siswa Kelas 2 Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Desa Tugusumberjo Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang* (Surabaya : UIN Sunan Ampel, 2019) hlm. 100.

¹¹ Nadin Adiwinata, Skripsi : *“Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik Self Management Dalam Menangani Kecanduan Game online (Studi Kasus Pada Siswa Kelas X SMA N 3 Rangkasbitung, Banten)”* (Semarang : UIN Walisongo, 2023), hlm. 9.

dilakukan yakni bimbingan konseling Islam yang menggunakan teknik self management dan tempat pelaksanaan penelitiannya.

Skripsi Anggi Farasagita Putri, pada tahun 2024 yang berjudul “Perbedaan Kecanduan *Game online* Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Implikasi Layanan Konseling di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Di Kecamatan Pasir Penyau”. Hasil dari penelitian ini yaitu untuk melihat perbedaan kecanduan *game online* pada siswa ditinjau dari jenis kelamin dan implikasi layanan konseling di SMP Negeri 3 Pasir Penyau. Kecanduan *Game online* pada siswa laki-laki dan perempuan diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya perbedaan tersebut signifikan.¹² Dalam penelitian ini sama-sama meneliti mengenai kecanduan *game online*. Perbedaannya yaitu pada tempat penelitian dan jenis layanan yang digunakan. Kemudian, pendekatannya pun berbeda, menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif (Mix Method).

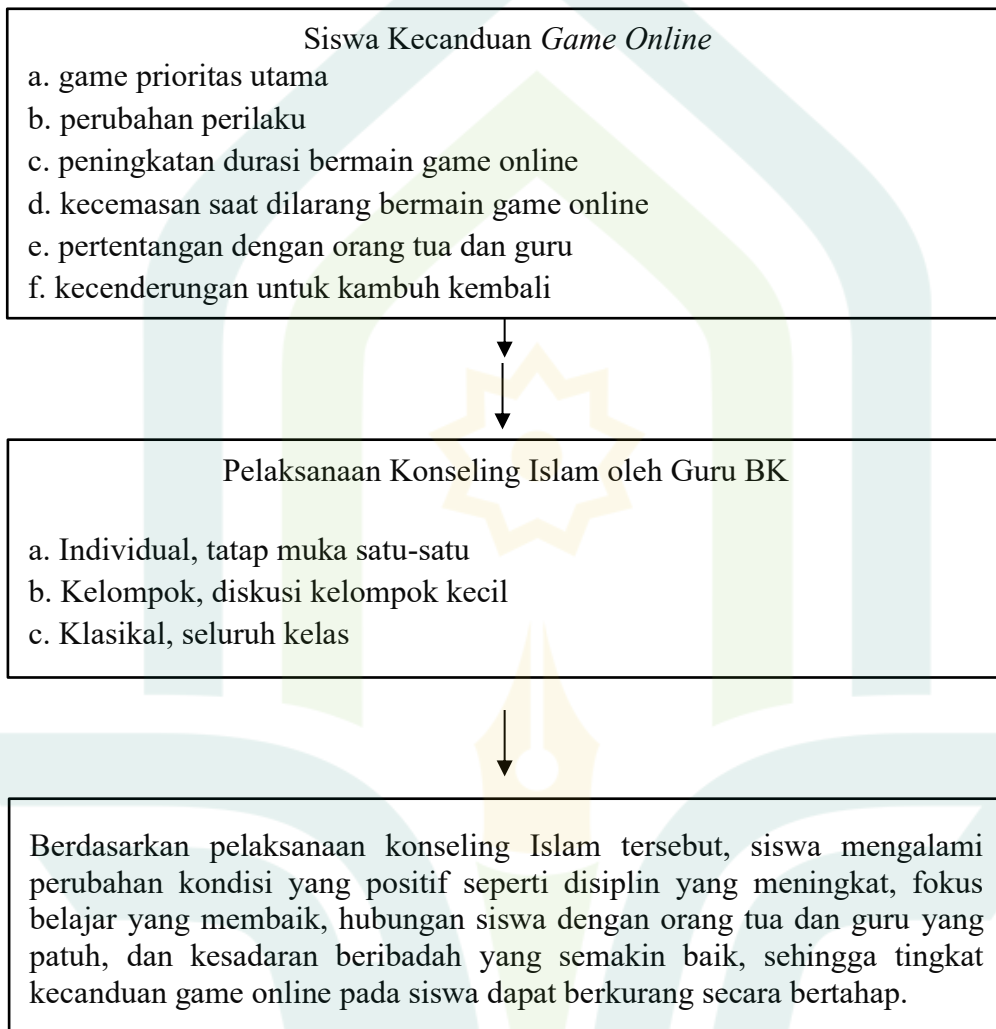
Jurnal Azizah Batubara, dkk., pada tahun 2022 yang berjudul “Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kecanduan *Game online* Pada Siswa Kelas XI di SMK Swakarya Binjai”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru bimbingan dan konseling berperan dalam berbagai upaya untuk mengungkapkan masalah yang di hadapi siswa apalagi bagi siswa yang memiliki masalah dalam belajar terkait dengan kecanduan *game online*. Untuk itu, guru bisa ikut aktif mengawasi perkembangan siswa di sekolah. guru bimbingan dan konseling harus memiliki usaha yang lebih keras dalam memperhatikan siswanya terlebih dalam usahanya mengurangi perilaku kecanduan *game online* karena sekarang ini minat dan keinginan siswa untuk belajar sudah jauh berkurang.¹³ Persamaannya terletak pada objek yang diteliti siswa yang mengalami kecanduan *game online*. Sedangkan perbedaannya terletak pada pendekatan yang digunakan, hanya menggunakan konseling individu. Selanjutnya lokasi penelitiannya juga berbeda.

¹² Anggi Farasagita Putri, Skripsi : “Perbedaan Kecanduan *Game online* Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Implikasi Layanan Konseling di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Di Kecamatan Pasir Penyau” (Riau : UIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2024), hlm. 10.

¹³ Azizah Batubara, Dkk, “Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kecanduan *Game online* Pada Siswa Kelas Xi Di SMK Swakarya Binjai”..., hlm. 71.

3. Kerangka berfikir

Berdasarkan analisis teori di atas, kerangka berpikir penelitian ini menjabarkan bahwa siswa yang mengalami kecanduan *Game Online* menunjukkan gejala klinis berupa *salience*, *mood change*, *tolerance*, *withdrawal symptoms*, *conflict*, serta *relapse and reinstatement*. Guna mengatasi permasalahan tersebut, diterapkan pelaksanaan konseling Islam di sekolah yang bertujuan untuk mereduksi tingkat adiksi siswa, sehingga kontrol diri, fokus belajar, dan kesadaran ibadah mereka menjadi lebih baik.



Bagan 1.1

Kerangka Berfikir

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *field research* (penelitian lapangan) yaitu penelitian yang dilakukan untuk menggali serta meneliti data dengan terjun ke lapangan secara langsung.¹⁴ Penelitian ini bersifat kualitatif yaitu peneliti mendeskripsikan hasil pengolahan data yang berupa kata-kata dan gambaran umum yang terjadi di lapangan dimana seorang peneliti terlibat secara langsung dalam kegiatan penelitian.¹⁵ Adapun penelitian ini, penulis mendeskripsikan dan menganalisis secara berkelanjutan mengenai peran guru BK dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa di SMP N 5 Adiwerna.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang diperoleh melalui wawancara atau observasi dari seseorang yang terlibat secara langsung. Adapun sumber data primer dalam penelitian ini adalah 2 guru bimbingan konseling (BK) dan 4 siswa di SMP N 5 Adiwerna.

b. Sumber data Sekunder

Sumber data sekunder didapat dari beberapa referensi yaitu buku-buku, dokumentasi ataupun data lainnya yang berhubungan dengan pelaksanaan konseling Islam dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa di SMP N 5 Adiwerna.

3. Teknik Pengumpulan Data Penelitian

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

a. Metode observasi

Metode observasi merupakan proses pengamatan secara langsung terkait peristiwa yang terjadi pada suatu objek yang diteliti dan diselidiki yang dapat menghasilkan sumber informasi yang sah dan benar.¹⁶ Metode observasi dimaknai sebagai metode yang memperlihatkan objek observasi pelaksanaan bimbingan belajar

¹⁴ Haris Herdiansyah, *Metodologi Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Huminaka, 2012), hlm. 17.

¹⁵ Moh. Slamet Untung, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Litera, 2019), hlm. 197.

¹⁶ Sugiono, *Metode Penelitian*, hlm. 226.

melalui proses pembelajaran untuk mengatasi kecanduan *game online* pada siswa di SMPN 5 Adiwerna.

b. Metode Wawancara (*Interview*)

Metode wawancara merupakan suatu proses tanya jawab secara langsung antara pewawancara sebagai pengumpul data dan narasumber sebagai pemberi data.¹⁷ Metode wawancara ini digunakan untuk mendapatkan hasil observasi yang berkaitan dengan pelaksanaan konseling Islam dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa di SMP N 5 Adiwerna. Metode yang digunakan adalah metode wawancara terstruktur.

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan proses menemukan data yang dapat berupa memo seperti tulisan, gambar, ataupun karya.¹⁸ Pada penelitian kualitatif, dokumentasi menjadi pelengkap dari sebuah metode observasi juga metode wawancara sehingga informasi terkait hal yang diteliti dapat dipercaya. Dokumentasi yang akan diteliti meliputi foto pelaksanaan konseling melalui layanan mediasi dan dokumen profil sekolah.

4. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan teknik pada penelitian ini yaitu teknik analisis data atau “*deskriptif kualitatif*” yang merupakan penafsiran makna data-data yang diperoleh dari suatu objek yang diamati. Teknik ini digunakan guna mencari serta menyusun suatu data yang didapat dari hasil proses wawancara, berkas yang berkaitan di lapangan, dan dokumentasi secara terstruktur. Teknik analisis data ini dibagi menjadi tiga bagian yaitu:

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data adalah proses merangkum, pemilihan hal-hal inti, memfokuskan pada data yang pokok, mencari tema dan polanya. Dapat disimpulkan bahwa peneliti merangkum kembali data-data yang akan digunakan dalam penelitian untuk memilih dan memusatkan pada bagian yang penting serta memberikan deskripsi yang jelas mengenai pelaksanaan konseling Islam dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa di SMP N 5 Adiwerna.

¹⁷ Sugiono, *Metode Penelitian*, hlm. 233.

¹⁸ Sugiono, *Metode Penelitian*, ... hlm. 240.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data dilakukan guna memudahkan dalam memahami suatu hal yang terjadi dan merencanakan langkah yang selanjutnya. Pada penelitian kualitatif menggunakan teknik dengan teks yang bersifat naratif.

c. Verifikasi Data (*Data Verification*)

Kesimpulan merupakan fase akhir dari suatu proses penelitian berbentuk jawaban dari rumusan masalah yang telah disusun sejak awal. Pada bagian ini peneliti memaparkan kesimpulan berdasarkan data-data yang didapatkan dari hasil proses wawancara dan observasi, sehingga penelitian ini dapat menjawab suatu permasalahan yang ada.¹⁹

G. Sistematika Penulisan

Berdasarkan acuan penulisan skripsi yang ditetapkan pada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, sistematika penulisan skripsi terbagi menjadi beberapa bagian utama.

BAB I : Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian, dan Sistematika Penulisan

BAB II : Kerangka teoritik menjelaskan tentang tinjauan teoritis yang memaparkan variabel penelitian. Pada penelitian ini akan menguraikan tentang: Konseling islam, *Game online*

BAB III : Berisi tentang hasil penelitian gambaran umum objek penelitian menguraikan objek yang diteliti.

BAB IV : Berisi analisis pelaksanaan konseling Islam dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa.

BAB V : Kesimpulan dan saran.

¹⁹ Sugiono, *Metode Penelitian*, ... hlm. 252.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan berupa hasil dari pembahasan data dan informasi yang telah diperoleh di lokasi penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut ini dalam rumusan masalah yang dianggap penting yang dapat disimpulkan dari hasil dan pembahasan penelitian di atas yaitu sebagai berikut:

1. Kondisi siswa di SMP Negeri 5 Adiwerna teridentifikasi mengalami kecanduan *Game Online*, yang ditunjukkan secara nyata dengan terpenuhinya enam gejala adiksi perilaku berupa prioritas utama pada gim (*salience*), ketidakstabilan emosi (*mood modification*), peningkatan durasi bermain (*tolerance*), kecemasan saat dilarang bermain (*withdrawal symptoms*), pertentangan dengan orang tua dan guru (*conflict*), serta kecenderungan untuk kambuh kembali (*relapse*), yang berdampak negatif pada penurunan prestasi akademik dan kelalaian ibadah siswa. Dampak yang terjadi akibat kecanduan *game online* pada siswa meliputi dampak negatif dan positif. Dampak negatif antara lain menurunnya prestasi akademik, kurangnya konsentrasi dalam pembelajaran, terganggunya kestabilan emosi, berkurangnya interaksi sosial, serta menurunnya kedisiplinan dalam melaksanakan kewajiban, termasuk ibadah. Adapun dampak positif yang ditemukan relatif terbatas, seperti bertambahnya relasi pertemanan di dunia maya serta meningkatnya kemampuan strategi dan koordinasi dalam permainan, namun dampak positif tersebut tidak sebanding dengan dampak negatif yang ditimbulkan apabila tidak dikontrol dengan baik.
2. Pelaksanaan konseling Islam yang diselenggarakan oleh guru bimbingan dan konseling (BK) di SMP Negeri 5 Adiwerna berjalan dengan baik dan efektif mengatasi kecanduan tersebut melalui tahapan sistematis yang mengintegrasikan layanan konseling individual, konseling kelompok, serta bimbingan klasikal dengan pendekatan humanis dan nilai-nilai keislaman. Melalui kolaborasi antara guru BK, guru Pendidikan Agama Islam (PAI), dan orang tua, program ini berhasil menurunkan intensitas bermain gim, meningkatkan

kedisiplinan belajar, serta menumbuhkan kesadaran spiritual siswa, meskipun masih menghadapi kendala risiko *relapse* akibat pengaruh lingkungan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh penulis mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pihak-pihak yang berkepentingan dengan penelitian ini. Adapun saran-saran tersebut antara lain:

1. Bagi Smp N 5 Adiwerna, diharapkan dapat meningkatkan dan mengembangkan program bimbingan dan konseling Islam secara lebih terstruktur dan berkelanjutan, serta memperkuat kerja sama antara guru bimbingan dan konseling, guru mata pelajaran, dan guru Pendidikan Agama Islam dalam menangani siswa yang mengalami kecanduan *game online*. Selain itu, sekolah juga diharapkan dapat membuat kebijakan yang tegas terkait penggunaan gadget di lingkungan sekolah.
2. Bagi guru bimbingan dan konseling di Smp N 5 Adiwerna, diharapkan dapat meningkatkan kualitas layanan konseling dengan menggunakan metode yang lebih variatif, inovatif, dan sesuai dengan perkembangan zaman, serta terus mengintegrasikan nilai-nilai keislaman dalam setiap proses layanan konseling agar siswa tidak hanya mengalami perubahan perilaku, tetapi juga memiliki kesadaran spiritual yang kuat.
3. Bagi siswa Smp N 5 Adiwerna, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri dalam mengontrol penggunaan *game online*, mampu mengatur waktu dengan baik antara belajar, bermain, dan beribadah, serta menerapkan nilai-nilai disiplin dan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari.
4. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang lebih luas dengan melibatkan subjek yang lebih banyak, menggunakan metode penelitian yang lebih beragam, serta mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi kecanduan *game online* agar diperoleh hasil penelitian yang lebih mendalam dan komprehensif.