

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Observasi


UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/132/Ybk.041.8/TA/2025
Lampiran : -
Hal : **Permohonan Observasi Skripsi**

Kepada Yth.
Kepala SMK Ma'arif NU 1 Wangon
di -
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami:

Nama : Hanif Al Hakim
NIM : 212411035
Prodi : Bimbingan dan Konseling

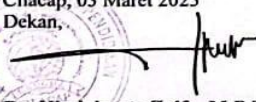
Untuk mengadakan penelitian terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul "**Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Control Untuk Membatasi Kecanduan Game Online Siswa SMK Ma'arif NU 1 Wangon**"

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Kepala Sekolah untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu **hari Senin, 03 Maret 2025 s.d Selesai.**

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 03 Maret 2025
Dekan,

Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK 41 230714 012

UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP
Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, [http:// www.unugha.ac.id](http://www.unugha.ac.id), E-mail : fkp@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

CS
Digitized dengan CamScanner

Lampiran 2 Surat Permohonan Penelitian Skripsi



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/1028/Ybk.041.8/TA/2025
Lampiran : -
Hal : Permohonan Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala SMK Ma'arif NU 1 Wangon
di -
Tempat

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami:

Nama : Hanif Al Hakim
NIM : 212411035
Prodi : Bimbingan dan Konseling

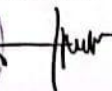
Untuk mengadakan penelitian terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Control Untuk Membatasi Kecanduan Game Online Siswa SMK Ma'arif NU 1 Wangon"

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Kepala Sekolah untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu hari Sabtu, 13 Desember 2025 s.d Selesai.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 12 Desember 2025
Dekan,

Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK/41 230714 012

UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, [http:// www.unugha.ac.id](http://www.unugha.ac.id), E-mail : fkp@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

Lampiran 3 Uji Validitas (Validitor 1)



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/979/Ybk.041.8/TA/2025

Lamp : 1 bendel

Hal : **Permohonan menjadi Validator**

Kepada Yth.
Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd.I
di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam silaturahmi kami sampaikan, semoga dalam menjalankan tugas kita selalu mendapatkan rahmat dan hidayah Allah Swt. Aamiin.

Sehubung dengan akan dilaksanakannya penelitian dengan judul "**Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Control untuk Membatasi Kecanduan Game Online Siswa SMK Ma'arif NU 1 Wangon**" oleh mahasiswa kami:

Nama : HANIF AL HAKIM
NIM : 212411035
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Maka dengan ini kami memohon kesediaannya untuk dapat melakukan Validasi Angket yang akan digunakan dalam penelitian tersebut.

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan kesediaannya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Cilacap, 26 November 2025
Dekan

Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK 411230714 012

UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, [http:// www.unugha.ac.id](http://www.unugha.ac.id), E-mail : fkp@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

Lampiran 4 Surat Uji validitas (Validator 2)



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/T/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/980/Ybk.041.8/TA/2025
Lamp : 1 bendel
Hal : Permohonan menjadi Validator

Kepada Yth.
Endang Rifani, M.Pd.
di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam silaturahmi kami sampaikan, semoga dalam menjalankan tugas kita selalu mendapatkan rahmat dan hidayah Allah Swt. Aamiin.

Sehubung dengan akan dilaksanakannya penelitian dengan judul "**Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Control untuk Membatasi Kecanduan Game Online Siswa SMK Ma'arif NU 1 Wangon**" oleh mahasiswa kami:

Nama : HANIF AL HAKIM
NIM : 212411035
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Maka dengan ini kami memohon kesediaannya untuk dapat melakukan Validasi Angket yang akan digunakan dalam penelitian tersebut.

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan kesediaannya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Cilacap, 26 November 2025



Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIR: 41-230714/012

UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, [http:// www.unugha.ac.id](http://www.unugha.ac.id), E-mail : fkp@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

Lampiran 5 Jawaban Lembar Validasi instrumen

LEMBAR VALIDASI INSTRUMEN (ANGKET KECANDUAN GAME ONLINE)

1. Dimohon Bapak/Ibu berkenan memberikan penilaian dengan memberikan tanda ceklis pada kolom skala penilaian dengan pedoman sebagai berikut :
 - A. Lebih dari 75% item sesuai kriteria.
 - B. 50% - 75% item sesuai kriteria.
 - C. 25% - 50% item sesuai kriteria.
 - D. Kurang dari 25% item sesuai kriteria.
2. Jika Bapak/Ibu menganggap perlu ada perbaikan, mohon memberi keterangan pada bagian saran atau menuliskan langsung pada naskah instrument.

No.	Uraian	Skala Penilaian			
		A	B	C	D
1.	Item instrument sudah sesuai dengan indikator	✓			
2.	Bahasa yang digunakan komunikatif		✓		
3.	Tata Bahasa yang digunakan sudah sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar		✓		
4.	Item instrument tidak bias		✓		
5.	Format instrumen menarik untuk di baca		✓		
6.	Petunjuk menjawab mengisi instrument sudah jelas		✓		
7.	Jumlah item instrument sudah sesuai	✓			

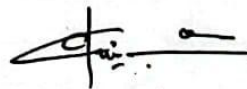
Kesimpulan :

- a. Dapat digunakan tanpa revisi
- ☒ b. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- c. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- d. Belum dapat digunakan

Saran :

1. Perhatikan konsistensi pengunaan huruf miring
2. beberapa item diperhalus agar lebih ringkas (item 3)
3. pada list 7, indikator ditambah contoh perilaku
4. petunjuk - ditambahkan "tidak ada jawaban benar/salah"

Cilacap, 2025
Validator Ahli



Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd.I.

Kisi-kisi angket mencakup beberapa aspek penting, yaitu frekuensi bermain game online, durasi waktu bermain, dampak terhadap kegiatan belajar, gangguan hubungan sosial, serta ketergantungan emosional pada game. Setiap indikator diterjemahkan ke dalam beberapa butir pernyataan yang diharapkan dapat menggambarkan kondisi sebenarnya dari perilaku bermain game online siswa. Melalui instrumen ini, peneliti dapat mengukur perubahan tingkat kecanduan game online sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik self-control (Rukaya, 2022)

Skala Kecanduan <i>Game Online</i>			
Responden disilahkan untuk mengisi kuisioner dengan memilih salah satu dari empat opsi sikap pilihan dengan keterangan dibawah ini. Mohon untuk mengisi kuisioner dengan seperti yang biasanya terjadi dalam kehidupan sehari hari, bukan berdasarkan pilihan ideal yang diinginkan.			
SS :	S:	TS	STS:
Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju:

No	ITEM	STS	TS	S	SS
1	Saya bermain <i>game online</i> hampir setiap hari.				
2	Saya bermain <i>game online</i> lebih sering dari pada teman saya.				
3	Saya tidak bisa melewati satu hari tanpa bermain <i>game online</i> .				
4	Saya mampu membatasi frekuensi bermain game online sesuai kebutuhan belajar saya.				
5	Saya lebih sering memilih aktivitas lain selain bermain game online.				
6	Saya tidak merasa perlu bermain game online setiap hari.				
7	Saya sering bermain <i>game online</i> lebih dari 3 jam sekali main.				
8	Saya bermain <i>game online</i> sampai larut malam				
9	Sekali bermain <i>game online</i> , saya sulit berhenti				
10	Saya biasanya berhenti bermain game online sebelum waktunya terlalu lama.				

11	Saya dapat mengatur waktu bermain sehingga tidak menghabiskan waktu berjam-jam				
12	Saya mampu mengakhiri permainan meskipun masih ingin melanjutkan.				
13	Saya sering menunda tugas sekolah karena bermain <i>game online</i> .				
14	Saya sering tidak belajar karena sibuk bermain <i>game online</i> .				
15	Nilai pelajaran saya menurun karena bermain <i>game online</i> .				
16	Saya tetap mengutamakan belajar meskipun ada keinginan untuk bermain <i>game online</i> .				
17	Saya tetap fokus belajar walaupun ada notifikasi atau ajakan bermain <i>game</i> .				
18	Saya selalu berusaha menyelesaikan tugas sekolah sebelum bermain <i>game</i> .				
19	Saya lebih suka bermain <i>game online</i> daripada berbicara dengan teman.				
20	Saya jarang membantu orang tua karena asyik bermain <i>game online</i> .				
21	Saya jarang berkumpul dengan keluarga karena bermain <i>game online</i> .				
22	Saya tetap berinteraksi dengan keluarga dan teman meskipun saya suka bermain <i>game online</i>				
23	Saya menyempatkan waktu untuk berkumpul bersama keluarga dan teman meskipun bermain <i>game online</i> .				
24	Saya lebih mengutamakan hubungan sosial daripada bermain <i>game online</i> .				
25	Saya merasa cemas atau gelisah jika tidak bermain <i>game online</i>				
26	Saya merasa marah jika dilarang bermain <i>game online</i>				
27	Saya merasa lebih senang bermain <i>game online</i> daripada melakukan aktivitas lain.				
28	Saya tetap merasa tenang meskipun tidak bermain <i>game online</i> .				
29	Saya mampu menahan diri untuk tidak bermain <i>game</i>				

	meskipun sedang bosan.				
30	Saya bisa mengendalikan keinginan bermain game saat tidak memungkinkan untuk bermain.				

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini disusun dalam bentuk angket skala Likert yang mengukur tingkat kecanduan *game online* siswa. Instrumen terdiri dari beberapa indikator berdasarkan teori yang relevan mengenai kecanduan *game online*, seperti:

1. Frekuensi bermain *game online*
2. Durasi waktu bermain
3. Dampak terhadap kegiatan belajar
4. Gangguan hubungan sosial
5. Ketergantungan emosional pada game (Rukaya, 2022)

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1	Frekuensi bermain <i>game online</i>	Seberapa sering bermain <i>game online</i> dalam seminggu	4,5,6	1,2,3	6
2	Durasi waktu bermain	Lamanya waktu bermain per sesi	10,11,12	7,8,9	6
3	Dampak terhadap kegiatan belajar	Menunda tugas sekolah, absen belajar	16,17,18	13,14,15	6
4	Gangguan hubungan sosial	Mengurangi interaksi dengan keluarga/teman	22,23,24	19,20,21	6
5	Ketergantungan pada <i>game online</i>	Merasa gelisah jika tidak main <i>game online</i>	28,29,30	25,26,27	6
Jumlah			15	15	30

Lampiran 6 Jawaban Lembar Validasi instrumen

LEMBAR VALIDASI INSTRUMEN (ANGKET KECANDUAN GAME ONLINE)

1. Dimohon Bapak/Ibu berkenan memberikan penilaian dengan memberikan tanda ceklis pada kolom skala penilaian dengan pedoman sebagai berikut :
 - A. Lebih dari 75% item sesuai kriteria.
 - B. 50% - 75% item sesuai kriteria.
 - C. 25% - 50% item sesuai kriteria.
 - D. Kurang dari 25% item sesuai kriteria.
2. Jika Bapak/Ibu menganggap perlu ada perbaikan, mohon memberi keterangan pada bagian saran atau menuliskan langsung pada naskah instrument.

No.	Uraian	Skala Penilaian			
		A	B	C	D
1.	Item instrument sudah sesuai dengan indikator		✓		
2.	Bahasa yang digunakan komunikatif		✓		
3.	Tata Bahasa yang digunakan sudah sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar		✓		
4.	Item instrument tidak bias		✓		
5.	Format instrumen menarik untuk di baca		✓		
6.	Petunjuk menjawab mengisi instrument sudah jelas			✓	
7.	Jumlah item instrument sudah sesuai	✓			

Kesimpulan :

- a. Dapat digunakan tanpa revisi
- ☒ b. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- c. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- d. Belum dapat digunakan

Saran :

- Hilangkan kata meny. jaring. dan selalu
- Perbaiki pengisian di lampiran lagi
- Instrumen dapat digunakan dan resmi.

Cilacap, 2023/12 Desember 2023
Validator Ahli


Endang Rifani, M.Pd

Kisi-kisi angket mencakup beberapa aspek penting, yaitu frekuensi bermain game online, durasi waktu bermain, dampak terhadap kegiatan belajar, gangguan hubungan sosial, serta ketergantungan emosional pada game. Setiap indikator diterjemahkan ke dalam beberapa butir pernyataan yang diharapkan dapat menggambarkan kondisi sebenarnya dari perilaku bermain game online siswa. Melalui instrumen ini, peneliti dapat mengukur perubahan tingkat kecanduan game online sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik self-control (Rukaya, 2022)

Skala Kecanduan Game Online			
Responden disilahkan untuk mengisi kuisioner dengan memilih salah satu dari empat opsi sikap pilihan dengan keterangan dibawah ini. Mohon untuk mengisi kuisioner dengan seperti yang biasanya terjadi dalam kehidupan sehari hari, bukan berdasarkan pilihan ideal yang diinginkan.			
SS :	S:	TS	STS:
Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju:

No	ITEM	STS	TS	S	SS
1	Saya bermain <i>game online</i> hampir setiap hari.				
2	Saya bermain <i>game online</i> lebih sering dari pada teman saya.				
3	Saya tidak bisa melewati satu hari tanpa bermain <i>game online</i> .				
4	Saya mampu membatasi frekuensi bermain <i>game online</i> sesuai kebutuhan belajar saya.				
5	Saya ~~lebih sering~~ memilih aktivitas lain selain bermain <i>game online</i> .				
6	Saya tidak merasa perlu bermain <i>game online</i> setiap hari.				
7	Saya ~~sering~~ bermain <i>game online</i> lebih dari 3 jam ~~sekali~~ <i>main dalam satu kali main</i>				
8	Saya bermain <i>game online</i> sampai larut malam				
9	Sekali bermain <i>game online</i> , saya sulit berhenti				
10	Saya biasanya berhenti bermain <i>game online</i> sebelum waktunya terlalu lama.				

11	Saya dapat mengatur waktu bermain sehingga tidak menghabiskan waktu berjam-jam				
12	Saya mampu mengakhiri permainan meskipun masih ingin melanjutkan.				
13	Saya sering menunda tugas sekolah karena bermain <i>game online</i> .				
14	Saya sering tidak belajar karena sibuk bermain <i>game online</i> .				
15	Nilai pelajaran saya menurun karena bermain <i>game online</i> .				
16	Saya tetap mengutamakan belajar meskipun ada keinginan untuk bermain <i>game online</i> .				
17	Saya tetap fokus belajar walaupun ada notifikasi atau ajakan bermain <i>game</i> .				
18	Saya selalu berusaha menyelesaikan tugas sekolah sebelum bermain <i>game</i> .				
19	Saya lebih suka bermain <i>game online</i> daripada berbicara dengan teman.				
20	Saya jarang membantu orang tua karena asyik bermain <i>game online</i> .				
21	Saya jarang berkumpul dengan keluarga karena bermain <i>game online</i> .				
22	Saya tetap berinteraksi dengan keluarga dan teman meskipun saya suka bermain <i>game online</i>				
23	Saya menyempatkan waktu untuk berkumpul bersama keluarga dan teman meskipun bermain <i>game online</i> .				
24	Saya lebih mengutamakan hubungan sosial daripada bermain <i>game online</i> .				
25	Saya merasa cemas atau gelisah jika tidak bermain <i>game online</i>				
26	Saya merasa marah jika dilarang bermain <i>game online</i>				
27	Saya merasa lebih senang bermain <i>game online</i> daripada melakukan aktivitas lain.				
28	Saya tetap merasa tenang meskipun tidak bermain <i>game online</i> .				
29	Saya mampu menahan diri untuk tidak bermain <i>game</i>				

	meskipun sedang bosan.				
30	Saya bisa mengendalikan keinginan bermain <i>game</i> saat tidak memungkinkan untuk bermain.				

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini disusun dalam bentuk angket skala Likert yang mengukur tingkat kecanduan *game online* siswa. Instrumen terdiri dari beberapa indikator berdasarkan teori yang relevan mengenai kecanduan *game online*, seperti:

1. Frekuensi bermain *game online*
2. Durasi waktu bermain
3. Dampak terhadap kegiatan belajar
4. Gangguan hubungan sosial
5. Ketergantungan emosional pada *game* (Rukaya, 2022)

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1	Frekuensi bermain <i>game online</i>	Seberapa sering bermain <i>game online</i> dalam seminggu	4,5,6	1,2,3	6
2	Durasi waktu bermain	Lamanya waktu bermain per sesi	10,11,12	7,8,9	6
3	Dampak terhadap kegiatan belajar	Menunda tugas sekolah, absen belajar	16,17,18	13,14,15	6
4	Gangguan * hubungan sosial	Mengurangi interaksi dengan keluarga/teman	22,23,24	19,20,21	6
5	Ketergantungan pada <i>game online</i>	Merasa gelisah jika tidak main <i>game online</i>	28,29,30	25,26,27	6
Jumlah			15	15	30

Lampiran 7 Instrumen Angket Kecanduan *Game online*

Perkenalkan, saya Hanif Al Hakim Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap. Saat ini saya sedang melaksanakan penelitian tugas akhir/skripsi dengan judul:

“Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Control Untuk Mengurangi Kecanduan *Game online* Siswa SMK MA'ARIF NU 1 WANGON.”

Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada jenjang Strata-1 (S1).

Sehubungan dengan hal tersebut, saya memohon kesediaan Siswa SMK Ma'arif Nu 1 Wangon untuk meluangkan waktu dalam mengisi kuesioner ini. Partisipasi Anda sangat berarti bagi keberhasilan penelitian ini.

Angket ini digunakan untuk mengetahui tingkat kecanduan game online siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok.

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan dengan cermat. Berilah tanda (✓) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri Anda. Tidak ada jawaban benar atau salah.

Skala Jawaban:

1. Sangat Sesuai (SS)
2. Sesuai (S)
3. Tidak Sesuai (TS)
4. Sangat Tidak Sesuai (STS)

No	ITEM	SS	SS	TS	STS
1	Saya bermain <i>game online</i> hampir setiap hari.				
2	Saya bermain <i>game online</i> lebih sering dari pada teman saya.				
3	Saya tidak bisa melewati satu hari tanpa bermain <i>game online</i> .				
4	Saya mampu membatasi frekuensi bermain <i>game online</i> sesuai kebutuhan belajar saya.				
5	Saya lebih sering memilih aktivitas lain selain bermain <i>game online</i> .				
6	Saya tidak merasa perlu bermain <i>game online</i> setiap hari.				
7	Saya sering bermain <i>game online</i> lebih dari 3 jam sekali main.				
8	Saya bermain <i>game online</i> sampai larut malam				
9	Sekali bermain <i>game online</i> , saya sulit berhenti				
10	Saya dapat mengatur waktu bermain sehingga tidak menghabiskan waktu berjam-jam				
11	Saya mampu mengakhiri permainan meskipun masih ingin melanjutkan.				
12	Saya sering menunda tugas sekolah karena bermain <i>game online</i> .				
13	Saya sering tidak belajar karena sibuk bermain <i>game online</i> .				
14	Nilai pelajaran saya menurun karena bermain <i>game online</i> .				
15	Saya tetap mengutamakan belajar meskipun ada keinginan untuk bermain <i>game online</i> .				
16	Saya tetap fokus belajar walaupun ada notifikasi atau ajakan bermain <i>game</i> .				
17	Saya selalu berusaha menyelesaikan tugas sekolah sebelum bermain <i>game</i> .				

18	Saya lebih suka bermain <i>game online</i> daripada berbicara dengan teman.				
19	Saya jarang membantu orang tua karena asyik bermain <i>game online</i> .				
20	Saya jarang berkumpul dengan keluarga karena bermain <i>game online</i> .				
21	Saya tetap berinteraksi dengan keluarga dan teman meskipun saya suka bermain <i>game online</i> .				
22	Saya lebih mengutamakan hubungan sosial daripada bermain <i>game online</i> .				
23	Saya merasa cemas atau gelisah jika tidak bermain <i>game online</i> .				
24	Saya merasa marah jika dilarang bermain <i>game online</i> .				
25	Saya merasa lebih senang bermain <i>game online</i> daripada melakukan aktivitas lain.				
26	Saya tetap merasa tenang meskipun tidak bermain <i>game online</i> .				
27	Saya mampu menahan diri untuk tidak bermain <i>game</i> meskipun sedang bosan.				
28	Saya bisa mengendalikan keinginan bermain <i>game</i> saat tidak memungkinkan untuk bermain.				

Lampiran 8 Jawaban Pretest 32 Siswa

NAMA	KELAS/JU	Rata-rata	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	Score
Bilal cati	XI TKR 2	Kurang D	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	71	
Adriyan t	XI TKR 2	Kurang D	1	3	4	1	1	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	82	
Ari budic	XI TKR 2	Kurang D	1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	71
Khoerul	XI TKR 2	Lebih Da	2	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	4	1	3	2	4	2	3	1	3	4	3	4	81
Nur Aziz	XI TKR 2	Lebih Da	1	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	88	
Rezky Iul	XI TKR 2	1-2 Jam	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	94
DYMAS W	XI TKR 2	3-4 Jam	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	101
Arel refa	XI TKR 2	1-2 Jam	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	4	4	85	
Muhamm	XI TKR 2	3-4 jam	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	102
fais fahr	XI TKR 2	1-2 Jam	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	90	
riyan dw	XI TKR 2	Kurang D	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	91	
Ade Kusri	XI TKR 2	1-2 Jam	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	89	
Burhan	XI TKR 2	Kurang D	3	4	4	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	93	
Hasbhi i	XI TKR 2	1-2 Jam	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
Agus Rar	XI TKR 2	1-2 Jam	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
MUHAMM	XI TKR 1	Kurang D	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	92	
arya firh	XI TKR 1	Lebih Da	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
Ali Mauli	XI TKR 1	Lebih Da	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	100
ZAUNUN I	XI TKR 1	Kurang D	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	98
Nabil Hu	XI TKR 1	Kurang D	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	85	
faisal nu	XI TKR 1	1-2 Jam	2	2	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	1	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	1	3	87
Firman n	XI TKR 1	3-4 Jam	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111
Sahrul Fz	XI TKR 1	Kurang D	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	94
ibnu bag	XI TKR 1	Kurang D	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	93
Deva sat	XI TKR 1	1-2 Jam	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
Sigit Meli	XI TKR 1	Lebih Da	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	102
ipul	XI TKR 1	1-2 Jam	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	83
WISNU D	XI TKR 1	Kurang D	4	4	4	3	4	1	4	4	4	2	1	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	92
REZA K.	XI TKR 1	1-2 Jam	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	94
Galang	XI TKR 1	Lebih Da	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	90
Bekti	XI TKR 1	Lebih Da	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	98
Iqbal	XI TKR 1	Lebih Da	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	102

Lampiran 9 Jawaban Pretest 6 siswa

NAMA	KELAS/JUF	Rata-rata	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	Skore
DYMAS W	XI TKR 2	3-4 Jam	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	101
Muhamma	XI TKR 2	3-4 jam	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	102
Ali Maulan	XI TKR 1	Lebih Dari	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	100
Firman ma	XI TKR 1	3-4 Jam	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111
Sigit Melgi	XI TKR 1	Lebih Dari	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	102
iqbal	XI TKR 1	Lebih Dari	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	102

Lampiran 10 Jawaban Post Test

NAMA	KELAS/JU	Usia	Rata-rata waktu bern	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	Skore
Ali Maulan	XI TKR 1	17	Kurang Dari 1 Jam	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	1	2	1	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	89
Iqbal	XI TKR 1	16	Kurang Dari 1 Jam	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	91
Sigit melgi	XI TKR 1	16	Kurang Dari 1 Jam	2	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	94
Firman ma	XI TKR 1	17	Kurang Dari 1 Jam	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	95
Muhamma	XI TKR 2	16	Kurang Dari 1 Jam	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	101
DYMAS W	XI TKR 2	17	Kurang Dari 1 Jam	3	3	3	2	2	1	2	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	2	88

Lampiran Dokumentasi

Lampiran 11 Uji angket



Lampiran 12 konseling kelompok 13 Januari 2026 Pertemuan pertama



Lampiran 13 Konseling Kelompok 19 Januari Pertemuan ke-2



Lampiran 14 Konseling Kelompok Pertemuan ke-3



Lampiran 15 post test





LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU PCNU KAB. BANYUMAS
SMK MA'ARIF NU 1 WANGON

Alamat : Jl. Karangjengkol RT.02/RW.04 Wangon-Banyumas 53176 ☎ (0281) 513425
Email : smk_maarifnu1wgn@yahoo.co.id website: www.smkmanu1wangon.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 021/33.12/SMK-08/G/II/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMK Ma'arif NU 1 Wangon Kabupten Banyumas, dengan ini menerangkan bahwa :

1. Nama : HANIF AL HAKIM
2. NIM : 212411035
3. Fakultas/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap

Yang tersebut di atas benar-benar telah melakukan penelitian guna penyusunan skripsi pada tanggal 20 Desember 2025 – 14 Januari 2026 dengan judul :

"Efektifitas Konseling Kelompok Teknik Self Control untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Siswa SMK Ma'arif NU 1 Wangon"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wangon, 15 Januari 2026
Kepala Sekolah,

Drs. Mukhtarom, M.Si.

