

**UPAYA PENANGANAN GAME ONLINE PLAYER
UNKNOWN'S BATTLEGROUNDS MOBILE (PUBGM)
TERHADAP KESEHATAN MENTAL PENGGUNA DI
KABUPATEN KUDUS MENGGUNAKAN PENDEKATAN
KONSELING BEHAVIOR TEKNIK SELF MANAGEMENT**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Penyelesaian Tugas Akhir
dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam (BKI)**

Oleh:

**Sagita Citra Dewi
NIM 1940110053**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
TAHUN 2023**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
 FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
 Jalan Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Kudus 59322 Telepon (0291) 438818 Faksimile 441613
 Email : akademik@iainkudus.ac.id; Website : www.iainkudus.ac.id



PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Laporan Skripsi saudara :

Nama : SAGITA CITRA DEWI
 NIM : 1940110053
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
 Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
 Judul : UPAYA PENANGANAN GAME ONLINE PLAYER UNKNOWN'S BATTLEGROUNDS MOBILE (PUBGM) TERHADAP KESEHATAN MENTAL PENGGUNA DI KABUPATEN KUDUS MENGGUNAKAN PENDEKATAN KONSELING BEHAVIOR TEKNIK SELF MANAGEMENT

benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak 01 Februari 2023 sampai dengan 24 Mei 2023 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 24 Mei 2023



Hj. Istianah, MA
 NIP. 196910202005012002





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
 FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
 Jl. Conge Ngembal Rejo Kotak Pos 51 Telp. (0291) 432677
 Fax. 4416113 Kudus 59322
 Email: fdki@iainkudus.ac.id Website: www.iainkudus.ac.id

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi

saudara :

Nama : Sagita Citra Dewi
NIM : 1940110053
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : “Upaya Penanganan *Game Online Player Unknown’s Battlegrounds Mobile* (PUBGM) Terhadap Kesehatan Mental Pengguna Di Kabupaten Kudus Menggunakan Pendekatan *Behavior Teknik Self Management*”

Telah diujikan pada **12 Juni 2023** dan dinyatakan **LULUS** dalam Ujian Majelis Munaqosah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
Prof. Dr. Hj. Umma Farida, Lc., M.A. NIP. 197903272003122001 Ketua/Penguji I	23/6 - 2023	
Sri Wahyuningsih, M.Pd. NIP. 198901312015032006 Penguji II	24/6 - 2023	
Nevy Rusmarina Dewi, M.A. NIP. 198209242008092017 Sekretaris Sidang	26/6 - 2023	
Hj. Istianah, M.A. NIP. 196910202005012002 Dosen Pembimbing	27/6 - 2023	
Dr. Siti Malaiha Dewi, S.Sos., M.Si. NIP. 197706262005012005 Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam	7/8 - 2023	

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab **Sagita Citra Dewi Nim 1940110053** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini:

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan keperluan apapun dan
2. Tidak berisi material yang pernah ditulisi orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apapun dikemudian hari apabila ditemukan ketidaksesuaian pernyataan saya ini.

Kudus, 22 Mei 2023

Yang menyatakan



Sagita Citra Dewi

NIM 1940110053

MOTTO

”Janganlah engkau mengucapkan perkataan yang engkau sendiri tak suka mendengarnya jika orang lain mengucapkannya kepadamu.”

(Ali bin Abi Thalib)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Tak lupa juga shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Dengan rasa tulus dan kerendahan hati, saya persembahkan karya ini kepada orang-orang yang menyayangi saya, yaitu:

1. Kedua orang tua, Bapak Kasmani dan Ibu Lilik Dwi Supriyanti yang telah memberikan kasih sayang, kebahagiaan, perhatian, dan motivasi kepada saya sampai tahap ini.
2. Adik, yang telah memberikan dukungan kepada saya sampai sejauh ini.
3. Ibu Hj. Istianah, M.A selaku dosen pembimbing yang selalu memotivasi dan bersedia meluangkan waktu tenaga dan pikiran untuk membimbing saya dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
4. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam yang telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk mendidik dan mengarahkan saya dalam menuntut ilmu yang berkah dan bermanfaat.
5. Sahabat-sahabat yang selalu memberikan semangat dan bantuan dalam bentuk apapun kepada saya selama ini.
6. Teman-teman Bimbingan Konseling Islam angkatan 2019 yang telah mendukung dan menemani belajar di kampus tercinta.
7. Serta semua pihak yang telah membantu saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Konsonan Tunggal						Vokal	
ب	B/b	ش	<i>Sy/sy</i>	ل	<i>L/l</i>	ا	tanpa tanda
ت	T/t	ص	<i>Ṣ/ṣ</i>	م	<i>M/m</i>	اَ..	<i>A/a</i>
ث	<i>Ṣ/ṣ</i>	ض	<i>Ḍ/ḍ</i>	ن	<i>N/n</i>	...ِ	<i>I/i</i>
ج	J/j	ط	<i>Ṭ/ṭ</i>	و	<i>W/w</i>	اُ..	<i>U/u</i>
ح	H/h	ظ	<i>Ẓ/ẓ</i>	ه	<i>H/h</i>	<i>Mādd</i>	
خ	KH/kh	ع	' <i>A/a</i>	ء	<i>A/a</i> '	بَا	<i>Bā</i>
د	D/d	ع	<i>A/a</i> '	ء	<i>A/a</i>	بِي	<i>Bī</i>
ذ	<i>Ẓ/ẓ</i>	غ	<i>G/g</i>	ي	<i>Y/y</i>	بُو	<i>Bū</i>
ر	R/r	ف	<i>F/f</i>	<i>Tasydīd</i>		<i>Yā' nisbah</i>	
ز	Z/z	ق	<i>Q/q</i>	أَب	<i>Abb</i>	فَلَكَيِّي	<i>Falakiy</i>
س	S/s	ك	<i>K/k</i>	رَبِّ	<i>Rabb</i>	عَالَمِيِّي	' <i>ālamiy</i>
'Ain/Hamzah di Belakang		'Ain/Hamzah di-waqf				Vokal Rangkap	
قَرَع	<i>qara'a</i>	الْقُرُوعُ	<i>al-furū'</i>	الْقَمَرُ	<i>al-qamar</i>	عَدْرِي	<i>gairī</i>
قَرَاءَ	<i>qara'a</i>	الْقَضَاءُ	<i>al-qadā'</i>	السَّمْسُ	<i>al-syams</i>	سَيِّعُ	<i>syai'un</i>
Kata Majemuk dirangkai		Kata Majemuk dipisah				<i>Tā' Marbūthah</i>	
جَمَلُ الدِّينِ		<i>Jamāluddīn</i>	جَمَلُ الدِّينِ	<i>Jamāl al-dīn</i>	سَاعَةٌ		<i>sā'ah</i>

KATA PENGANTAR

Bismillahir Rahmanir Rahim

Dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat, serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul: ***Upaya Penanganan Game Online Player Unknown's Battlegrounds Mobile (PUBGM) Terhadap Kesehatan Mental Pengguna di Kabupaten Kudus Menggunakan Pendekatan Konseling Behavior Teknik Self Management.***

Skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan ujian guna memperoleh gelar sarjana Sosial (S. Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dan banyak kekurangan, baik dalam metode penulisan maupun dalam pembahasan materi. Hal tersebut dikarenakan keterbatasan kemampuan penulis. Sehingga penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun yang mudah-mudahan dikemudian hari dapat memperbaiki segala kekurangannya.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis selalu mendapatkan bantuan, bimbingan, dorongan, motivasi, serta arahan dari banyak pihak. Penulis juga ingin mengucapkan banyak rasa terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc., M.S.I, selaku rektor IAIN Kudus.
2. Dr. Siti Malaiha Dewi, S. Sos., M.Si, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Kudus.
3. Dr. Fatma Laili Khoirin Nida, S.Ag., M.Si, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI).
4. Hj. Istianah, M.A, selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. H. Nur Said, S. Ag., M.A, M.Ag., selaku Kepala UPT Perpustakaan IAIN Kudus beserta para pegawainya yang telah memberikan pelayanan perpustakaan yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Raka Raihan, S.H, selaku Ketua Komunitas PUBGM Kudus yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian disana.
7. Para dosen dan staf pengajar IAIN Kudus yang telah membekali berbagai ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

8. Para anggota Komunitas PUBGM Kudus yang telah membantu melancarkan penelitian penulis.
9. Keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan dan bantuan dalam pembuatan skripsi ini, baik bantuan moral, material, maupun spiritual.
10. Para sahabat dan teman-teman kelas BKI-B angkatan 2019.
11. Semua pihak yang telah berjasa dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengucapkan terima kasih dan semoga Allah SWT memberikan pahala yang berlipat ganda serta meridhai semua yang telah membantu dengan tulus sehingga selesai dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Kudus, 22 Mei 2023

Sagita Citra Dewi
NIM 1940110053