

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU TEKNIK
SELF MANAGEMENT UNTUK MENGATASI
KECANDUAN GAME ONLINE DI SMK
ASSA'IDIYYAH MEJOBLO KUDUS**



SKRIPSI

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

Oleh:

**NAILIR RISYDAH
NIM. 1911010003**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
TAHUN 2024**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBIYAH

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

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Laporan saudara :

Nama : NAILIR RISYDAH
NIM : 1911010003
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul : IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU TEKNIK SELF MANAGEMEN UNTUK MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE DI SMK ASSA'IDIYYAH KUDUS

benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak 16 Juni 2023 sampai dengan 18 Desember 2023 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 00 0000



Hj. Farida Ulyani, M.Pd.
NIP. 197911192012042016



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBIIYAH**

Jl. Conge Ngembalrejo, Bae Kudus
Kode Pos 51, Kudus 59322, Telp (0291) 432677
Fax. 441613. 438818 Website: www.iainkudus.ac.id

PENGESAHAN MUNAQSAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa skripsi
saudari:

Nama : Nailir Risydah
NIM : 1911010003
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Implementasi Konseling Individu Teknik *SELF MANAGEMENT* Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online DI SMK ASSA'IDIYAH KUDUS

Telah diujikan pada **10 Januari 2024** dan dinyatakan **LULUS** dalam Ujian Majelis Munaqosah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Prof. Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag., M.Si.</u> NIP 197811012005011002 Ketua/Penguji I	12/2024 /1	
<u>David Ari Setiawan, M.Pd</u> NIP 198812052019031005 Penguji II	15/2024 /1	
<u>Hj. Any Umy Mashlahah, M.Pd.</u> NI PPPK 197903052023212015 Sekretaris	15/2024 /1	
<u>Hj. Farida Ulyani, M.Pd.</u> NI PPPK 197911192023212012 Dosen Pembimbing		
<u>Prof. Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag., M.Si.</u> NIP 197811012005011002 Dekan Fakultas Tarbiyah	12/2024 /1	



PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya **Nailir Risydah NIM 1911010003** menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini :

1. Seluruhnya merupakan karya tulis saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk apapun dalam dan untuk keperluan apapun.
2. Tidak berisi material yang pernah diisi oleh orang lain kecuali informasi yang saya dapat dalam referensi yang saya jadikan sebagai rujukan skripsi ini.

Dengan ini saya bersedia menerima konsekuensinya apabila terdapat ketidak benaran skripsi ini.

Kudus, 18 Desember 2023

Menyatakan



Handwritten signature of Nailir Risydah.

Nailir Risydah

1911010003

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”.

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah (Allah) kamu berharap”.

(QS. Al-Insyirah: 6-8)

“Untuk masa-masa sulitmu, biarlah Allah yang menguatkanmu. Tugasmu hanya berusaha agar jarak antara kamu dengan Allah tidak pernah jauh”

“Orang lain tidak akan paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success storiesnya* saja. Jadi berjuamlah untuk diri sendiri meskipun tidak akan ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini. Jadi tetap berjuang ya”



PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan *Alhamdulillahirobbil'alamin*, atas izin *Allah Subhanahu Wata'ala* yang maha pengasih dan maha penyayang untuk seluruh hambanya. Dengan ini saya Nailir Risydah dapat menyelesaikan skripsi sebagai tugas akhir sebagai mahasiswa Strata-1 dan terselesaikan dengan baik. Setelah menempuh perjalanan semasa awal perkuliahan hingga sampai saat ini saya persembahkan skripsi ini kepada :

- a. Cinta pertama dan panutanku, Bapak H. Mastur. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai dengan bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik dan membiayai ibu, kakak sampai bangku perkuliahan dan juga saya sebagai penulis. Mendoakan memberi semangat dan motivasi tiada henti hingga penulis dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana. Serta memberikan kasih sayang, supprot, dukungan semangat materil, dan do'a yang senantiasa dicurahkan tanpa hentinya untuk anak-anaknya agar selalu dalam lindungan Allah SWT.
- b. Pintu surgaku ibunda tercinta Hj. Afidah. Saya ucapkan terimakasih sebesar-besarnya telah memberikan semangat dan do'a yang telah diberikan selama ini. Terimakasih atas nasihat yang selalu diberikan meski terkadang pikiran kita tidak sejalan, terimakasih atas kesabaran dan kebesaran hati menghadapi saya yang keras kepala. Ibu menjadi pengingat dan penguat paling hebat. Terimakasih sudah menjadi tempatku untuk pulang, bu.
- c. Kakak Noor Cholis tersayang yang selalu memberikan inspirasi untuk terus melangkah maju kedepan, menjadi teman bertukar pikiran, tempat berkeluh kesah, dan menjadi support system terbaik saya dalam menyelesaikan tugas akhir. Terimakasih atas waktu, materi, do'a yang senantiasa dilangitkan, dan seluruh hal baik yang diberikan kepada saya selama ini.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Berdasarkan surat keputusan bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Nomor 158/1987)

No	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
1.	ا	Alif	Tidak Dilambangkan	Tidak Dilambangkan
2.	ب	Ba'	B	Be
3.	ت	Ta'	T	Te
4.	ث	Tsa	S1	S dengan titik diatas
5.	ج	Jim	J	Je
6.	ح	Kha'	H}	Ha (Dengan titik di bawah)
7.	خ	Kho'	Kh	Ka dan Ha
8.	د	Dal	D	De
9.	ذ	Dzal	Z	Zet
10.	ر	Ra'	R	Er
11.	ز	Za'	Z	Zet
12.	س	Sin	S	Es
13.	ش	Syin	Sy}	Es dengan Ye
14.	ص	Shad	S}	Es (dengan titik di bawah)
15.	ض	Dhad	D}	De (dengan titik di bawah)
16.	ط	Tha'	T}	Te (dengan titik di bawah)
17.	ظ	Zho'	Z}	Ze (dengan titik di bawah)
18.	ع	'Ain	'	Koma terbalik di atas
19.	غ	Ghain	G	Ge
20.	ف	Fa'	F	Ef
21.	ق	Qaf	Q	Qi
22.	ك	Kaf	K	Ka
23.	ل	Lam	L	'El
24.	م	Mim	M	'Em

No	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
25.	ن	Nun	N	'En
26.	و	Waw	W	We
27.	هـ	Ha'	H	Ha
28.	ء	Hamzah	,	Apostrof
29.	ي	Ya'	Y	Ye



KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillahirobbil'alamin* saya panjatkan kepada Allah AWT yang telah melimpahkan rahmat nikmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang selalu dinanti-nantikan syafaatnya di akhir kelak. Atas izin beserta ridho dari Allah SWT dan kedua orang tua, penulis akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul **“Implementasi Layanan Konseling Individu Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Di SMK Assa`idiyah Kudus”**, yang menjadi syarat dalam memperoleh gelar Starla I (SI) dalam program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus. Oleh karena itu, penulis ucapkan banyak terimakasih kepada :

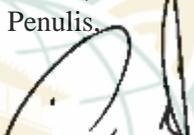
1. Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc., M.Si. Selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.
2. Prof. Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag., M.Si. Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.
3. Khilman Rofi Azmi, M.Pd., CIQaR Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
4. Hj. Farida Ulyani, M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing dan Pengaruh penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen, Staff pengajar dan pegawai di lingkungan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus yang telah membekali bidang keilmuan untuk penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Mashuri, S.Pd.I., M.Pd. Selaku Kepala SMK Assa`idiyah Kudus dan Iva Puji Ardiyani, S.Pd selaku guru BK di SMK Assa`idiyah Kudus.
7. Seluruh Informan yang ikut terlibat dalam penelitian penulis sehingga penulis dapat melengkapi data-data yang dibutuhkan.
8. Seluruh anggota keluarga yang selalu mendukung disetiap langkah, mendo`akan setiap waktu, memperjuangkan segala hal yang dapat mendukung keberlangsungan perkuliahan peneliti.
9. Teman-teman seperjuangan BKPI A`19.

10. Sepupuku Khoirin Nisa' dan teman saya Alfi Muzaro`atul Ilmi yang senantiasa mendampingi, kebersamai dan menghibur penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Ucapan terimakasih dari penulis semoga teman-teman yang terlibat dalam penulisan skripsi ini dapat balesan baik dari Allah SWT. Penulis meminta maaf apabila dalam penelitian ini terdapat salah atau kekhilafan. Oleh karena itu penulis menerima segala bentuk kritik dan saran dari pembaca yang membangun untuk penulis agar lebih baik untuk penelitian selanjutnya.

Kudus, 18 Desember 2023

Penulis,


Nailir Risydah

NIM. 1911010003

