

## ABSTRAK

**Zahwa Fathiyya Ihsani, NIM 17306163051**, Efektivitas Teknik *Extinction* Terhadap Pelemahan Perilaku Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Usia SMP Di Dusun Selojeneng. Skripsi, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Progam Sarjana Institut Agama Islam Negeri Tulungagung. Pembimbing Germino Wahyu Broto, M. Si.

**Kata Kunci** : Teknik *Extinction*, Kecanduan Game Online.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik *extinction* terhadap pelemahan perilaku kecanduan *game online* pada remaja usia SMP di Dusun Selojeneng. Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan desain *non equivalent control group design pretest posttest group design*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 12 remaja yang memiliki tingkat perilaku kecanduan *game online* tinggi, kemudian dibagi menjadi 6 remaja sebagai kelompok eksperimen dan 6 remaja sebagai kelompok kontrol.

Pengukuran tingkat perilaku kecanduan *game online* menggunakan uji *independent samples test*, hasil yang di peroleh yaitu nilai t hitung diketahui sebesar 22.666 dengan df 10 diketahui nilai t tabel sebesar 2.228, serta diketahui bahwa nilai mean kelompok eksperimen sebesar 69.50 dan nilai mean kelompok kontrol sebesar 126.67 yang menunjukkan terjadinya penurunan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen.

Adapun dari hasil perhitungan menggunakan *N-Gain Score* untuk kelompok eksperimen  $1.203,55\% > 76\%$  termasuk dalam kategori efektif. Sementara untuk rata-rata *N-Gain Score* kelompok kontrol adalah sebesar  $13,1787\% < 40\%$  termasuk dalam kategory tidak efektif. Sehingga dapat di katakan bahwa layanan dengan teknik *Extinction* efektif untuk melemahkan perilaku kecanduan *game online*.

Berdasarkan temuan penelitian, nilai rata-rata kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan mengalami penurunan kecanduan *game online* sehingga dapat dikatakan bahwa layanan dengan teknik *Extinction* efektif dalam membantu melemahkan perilaku kecanduan *game online*.

## ABSTRACT

**Zahwa Fathiyya Ihsani, NIM 17306163051**, Effectiveness of Extinction Technique Against the Weakening of Online Game Addiction Behavior in Junior High School Ages in Selojeneng Hamlet. Thesis, Islamic Counseling Guidance, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, Undergraduate Program of the State Islamic Institute of Tulungagung. Advisor Germino Wahyu Broto, M. Si.

**Keywords:** Extinction Technique, Online Game Addiction.

This study aims to determine the effectiveness of extinction techniques against the attenuation of online game addiction behavior in junior high school age adolescents in Selojeneng hamlet. This research is a quasi-experimental study with non-equivalent control group design pretest posttest group design. The subjects in this study were 12 teenager who had a high level of online game addiction behavior, then divided into 6 teenager as the experimental group and 6 teenager as the control group.

Measuring the level of Online Game Addiction Behavior using independent samples test, the results obtained are the t value is known to be 22,666 with df 10, it is known that the t table value is 2,228, and it is known that the mean value of the experimental group is 69.50 and the mean value of the control group is 126.67 a decrease after being given treatment in the experimental group.

As for the results of calculations using the N-Gain Score for the experimental group  $1.203.55\% > 76\%$  is included in the effective category. Meanwhile, the average N-Gain Score of the control group was  $13.1787\% < 40\%$ , which was included in the ineffective category. So it can be said that services with Extinction techniques are effective in weakening addictive behavior in online games.

Based on the research findings, the average value of the experimental group before and after being given treatment decreased addiction to online games. So it can be said that services with the Extinction technique are effective in helping to weaken online game addiction behavior.

## المُلخَص

رَهْوَةٌ فَتَجِيهُ إِحْسَانِي ، نِيَمَ ١٧٣٠٦١٦٣٠٥١ ، فاعِلِيَّةُ تَقْنِيَّاتِ النِّقْرَاضِ فِي التَّخْفِيفِ مِنْ سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ لَدَى الْمُرَاهِقِينَ فِي قَرْيَةِ سِيلَوِينِ الصَّغِيرَةِ . أُطْرُوحَةٌ ، إِزْشَادُ إِسْلَامِي ، كَلِيَّةُ أَهْلِ الدِّينِ ، الْأَدَبِ ، الدَّعْوَةُ ، بَرْنَامِجُ كَالُورِيُوسِ . مَعْهَدُ تُولُونْجَانِجِ الْحُكُومِيِّ لِلدِّينِ الْإِسْلَامِيِّ . مُسْتَشَارُ رُؤْيَا جِيرَمِينُو ، بروتو ، م . سا

. الْكَلِمَاتُ الدَّالَّةُ : تَقْنِيَّاتِ النِّقْرَاضِ ، تُوْهِينِ السُّلُوكِ ، إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ

تَهْدَفُ هَذِهِ الدِّرَاسَةُ إِلَى تَحْدِيدِ فَعَالِيَّةِ تَقْنِيَّاتِ النِّقْرَاضِ ضِدَّ تُوْهِينِ سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ لَدَى الْمُرَاهِقِينَ فِي سِنِّ الْمَدْرَسَةِ ، النَّاتِوِيَّةُ فِي الْقَرْيَةِ الصَّغِيرَةِ . سِيلُوَجِينِيَج . هَذِهِ الدِّرَاسَةُ عِبَارَةٌ عَنِ دِرَاسَةٍ شَبِيْهِ تَجْرِيْبِيَّةٍ بِتَّصْمِيْمِ عَيْرٍ مُكَافِيٍّ ، وَتَّصْمِيْمِ مَجْمُوعَةٍ تَحْكُمُ تَصْمِيْمِ مَجْمُوعَةٍ إِخْتِبَارٍ مَا قَبْلَ الْخْتِبَارِ . كَانِ الْأَشْخَاصُ فِي هَذِهِ الدِّرَاسَةِ ١٢ مُرَاهِقًا لَدِيْهِمْ مُسْتَوَى عَالٍ مِنْ سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ ، ثُمَّ قَسَمُوا إِلَى ٦ مُرَاهِقِينَ كَمَجْمُوعَةٍ تَجْرِيْبِيَّةٍ وَ ٦ مُرَاهِقِينَ كَمَجْمُوعَةٍ ضَابِطَةٍ

قِيَاسُ مُسْتَوَى سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ لِلْمُرَاهِقِينَ بِاسْتِخْدَامِ الْخْتِبَارِ t مِنْ الْمَعْرُوفِ أَنَّ قِيَمَةَ جَدُولِ df ١٠ مَعْرُوفَةٌ ب ٢٢٦٦٦٦ مَعَ مَعْرِفَةِ t إِخْتِبَارٍ مُسْتَقَلٍّ لِلْعِيْنَةِ ، النَّتَاجُ الَّتِي تَمَّ الْحُصُولُ عَلَيْهَا هِيَ أَنَّ قِيَمَةَ هِيَ ٢٢٨،٢ ، وَمِنْ الْمَعْرُوفِ أَنَّ مُتَوَسِّطَ قِيَمَةِ الْمَجْمُوعَةِ التَّجْرِيْبِيَّةِ ٥٠.٦٩ ، وَمُتَوَسِّطَ الْقِيَمَةِ . كَانَتْ الْمَجْمُوعَةُ الضَّابِطَةُ ٦٧.١٢٦ وَالَّتِي أَظْهَرَتْ إِخْفَاضًا بَعْدَ الْعَالِجِ لِلْمَجْمُوعَةِ التَّجْرِيْبِيَّةِ

مَا بِالنِّسْبَةِ لِلْحِسَابِ بِاسْتِخْدَامِ دَرَجَةِ إِكْتِسَابِ نِ بِالنِّسْبَةِ لِلْمَجْمُوعَةِ التَّجْرِيْبِيَّةِ ، ثُمَّ تَضْمِيْنُ ٥٥.١٢٠٣ > ٧٥٪ فِي فِتْنَةٍ الْفَعَالِيَّةِ . وَفِي . لِلْمَجْمُوعَةِ الضَّابِطَةِ ١٣١٧٨٧ ، ٪ بِمَا فِي ذَلِكَ فِي فِتْنَةٍ عَيْرٍ فَعَالَةٍ n الْوَقْتُ نَفْسُهُ ، كَانِ مُتَوَسِّطَ دَرَجَةِ إِكْتِسَابِ . لِذَلِكَ يُمَكِّنُ الْقَوْلُ أَنَّ الْخُدْمَاتِ دَاتِ تَقْنِيَّاتِ النِّقْرَاضِ فَعَالَةٌ فِي إِضْعَافِ سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ

بِنَاءِ عَلَى نَتَائِجِ الْبَحْثِ ، فَإِنَّ مُتَوَسِّطَ قِيَمَةِ الْمَجْمُوعَةِ التَّجْرِيْبِيَّةِ قَبْلَ وَبَعْدَ الْعَالِجِ مَطْلُوبٌ شَهَدَتْ انْخِفَاضًا فِي سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ . لِذَلِكَ يُمَكِّنُ الْقَوْلُ أَنَّ الْخُدْمَاتِ دَاتِ تَقْنِيَّاتِ النِّقْرَاضِ فَعَالَةٌ فِي الْمُسَاعَدَةِ عَلَى الضَّعْفِ سُلُوكِ إِدْمَانِ الْأَلْعَابِ عِنْدَ الْإِنْتَرْنِتِ