



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

***RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY* UNTUK
MENGATASI KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA
SEORANG REMAJA DI KECAMATAN KEPANJENKIDUL
KOTA BLITAR**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

AHMAD FAUZI NURROHMAN

(04020321031)

Dosen Pembimbing I:

Dr. Mohamad Thohir, S.Pd.I., M.Pd.I

NIP. 197905172009011007

Dosen Pembimbing II:

Drs. H. Suwatah, M.Si

NIP. 196412152014111002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2024

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Ahmad Fauzi Nurrohman

NIM : 04020321031

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Kota Blitar

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terbukti ataupun dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang berlaku.

Surabaya, 17 Desember 2024

Yang menyatakan



Ahmad Fauzi Nurrohman

NIM. 04020321031

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi berikut:

Nama : AHMAD FAUZI NURROHMAN

NIM : 04020321031

Program Studi : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

Judul Skripsi : *Rational Emotive Behaviour Therapy*
untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online*
Pada Seorang Remaja di Kecamatan
Kepanjenkidul Kota Blitar

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 17 Desember 2024

Menyetujui

Dosen Pembimbing II

Dosen Pembimbing I



(Dr. Mohamad Thohir, S.Pd.I., M.Pd.I)

NIP. 197905172009011007



(Drs. H. Suwatah, M.Si)

NIP. 196412152014111002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Rational Emotive Behaviour Therapy untuk Mengatasi Kecanduan
Game Online pada Seorang Remaja di Kecamatan Kepanjenkidul
Kota Blitar

SKRIPSI

Disusun oleh:
Ahmad Fauzi Nurrohman
04020321031

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu pada tanggal 24 Desember 2024

Tim Penguji

Penguji I



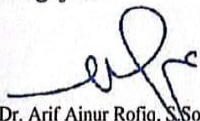
Dr. Mohamad Thohir, S.Pd.L., M.Pd.I
NIP.197905172009011007

Penguji II



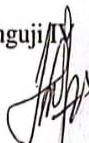
Drs. H. Suwatah, M.Si
NIP.196412152014111002

Penguji III



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.L., S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP.197708082007101004

Penguji IV



Dra. Faizah Noer Laela, M.Si
NIP.196012111992032001



Dr. Mochu Chohuruf, S.Ag., M.Fil.I.
NIP.197101171998031001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ahmad Fauzi Nurrohman
NIM : 04020321031
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : fauzinurrohman02@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY UNTUK MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE
PADA SEORANG REMAJA DI KECAMATAN KEPANJENKIDUL KOTA BLITAR

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 3 Januari 2025

Penulis

(Ahmad Fauzi Nurrohman)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Ahmad Fauzi Nurrohman, 04020321031. *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Pada Seorang Remaja di Kecamatan Kepanjenkidul Kota Blitar

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses dan hasil pelaksanaan *rational emotive behaviour therapy* untuk mengatasi kecanduan *game online* pada seorang remaja di Kecamatan Kepanjenkidul Kota Blitar.

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif-komparatif. Penelitian ini membandingkan pola pikir, emosi, serta tingkah laku konseli sebelum dan setelah menerima layanan konseling.

Hasil dari *rational emotive behaviour therapy* untuk mengatasi kecanduan *game online* pada seorang remaja di Kecamatan Kepanjenkidul Kota Blitar yaitu ditemukannya perubahan yang dialami konseli melalui pola pikir, emosi, maupun tingkah lakunya. Sebelum diadakannya konseling, konseli merasa bahwa tidak ada yang bisa membuatnya bahagia kecuali bermain *game online*, waktu bermain *game online* bisa mencapai empat hingga lima jam dalam sehari, merasa cemas dan gelisah jika tidak bermain *game online*. Setelah diadakannya konseling, secara perlahan konseli menjadi lebih bisa berpikir bahwa ada aktivitas lain yang bisa membuatnya bahagia dan mulai melakukan aktivitas baru tersebut yaitu dengan berlatih sepak bola serta berkumpul dengan teman-temannya. Dan yang terakhir konseli berhasil menurunkan waktu bermain *game online* yang semula empat hingga lima jam, menjadi maksimal dua jam dalam sehari. Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa *Rational Emotive Behaviour Therapy* mampu untuk mengatasi kecanduan *game online* pada seorang remaja.

Kata Kunci: *Rational emotive behaviour therapy*, kecanduan, *game online*.

ABSTRACT

Ahmad Fauzi Nurrohman, 04020321031. Rational Emotive Behavior Therapy to Overcome Online Game Addiction in a Teenager in Kepanjenkidul Subdistrict, Blitar City.

The purpose of this study was to determine how the process and results of the implementation of rational emotive behavior therapy to overcome online game addiction in a teenager in Kepanjenkidul District, Blitar City.

The research method in this study uses a qualitative method with a descriptive-comparative approach. This study compares the mindset, emotions, and behavior of the counselee before and after receiving counseling services.

The results of rational emotive behavior therapy to overcome online game addiction in a teenager in Kepanjenkidul District, Blitar City are the changes experienced by the counselee through his mindset, emotions, and behavior. Before counseling was held, the counselee felt that nothing could make him happy except playing online games, playing online games for four to five hours a day, feeling anxious and restless if he did not play online games. After the counseling, the counselee slowly became more able to think that there were other activities that could make him happy and started doing these new activities, namely by practicing soccer and gathering with his friends. And finally the counselee managed to reduced the time of playing online games from four to five hours, to a maximum of two hours a day. From this explanation, it can be concluded that Rational Emotive Behavior Therapy is able to overcome online game addiction in a teenager.

Keywords: Rational emotive behavior therapy, addiction, online games.

الخلاصة

للتغلب على إدمان الألعاب عبر الإنترنت لدى المراهق في منطقة كيبانجنيكيدول الفرعية بمدينة بليتار.

كان الغرض من هذه الدراسة هو تحديد كيفية تطبيق العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني العاطفي للتغلب على إدمان الألعاب عبر الإنترنت لدى المراهق في منطقة كيبانجنيكيدول الفرعية بمدينة بليتار.

ويستخدم أسلوب البحث في هذه الدراسة أسلوبًا نوعيًا بمنهج وصفي مقارنة. تقارن هذه الدراسة بين عقلية وعواطف وسلوك المسترشد قبل وبعد تلقي خدمات المشورة. تتمثل نتائج العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني للتغلب على إدمان ألعاب الإنترنت لدى المراهق في منطقة كيبانجنيكيدول بمدينة بليتار في التغيرات التي مر بها المسترشد من خلال طريقة تفكيره وعواطفه وسلوكه. قبل إجراء الاستشارة، كان يشعر المسترشد أنه لا شيء يمكن أن يجعله سعيدًا سوى ممارسة الألعاب عبر الإنترنت، حيث كان يلعب الألعاب عبر الإنترنت لمدة أربع إلى خمس ساعات يوميًا، ويشعر بالقلق والاضطراب إذا لم يلعب الألعاب عبر الإنترنت. بعد الاستشارة، أصبح المسترشد شيئًا فشيئًا أكثر قدرة على التفكير في أن هناك أنشطة أخرى يمكن أن تجعله سعيدًا وبدأ في القيام بهذه الأنشطة الجديدة، وهي ممارسة كرة القدم والتجمع مع أصدقائه. وأخيرًا، تمكن المسترشد من تقليل وقت ممارسة الألعاب عبر الإنترنت من أربع إلى خمس ساعات، إلى ساعتين كحد أقصى في اليوم. من هذا التفسير يمكن استنتاج أن العلاج السلوكي العقلاني الدافع قادر على التغلب على إدمان الألعاب عبر الإنترنت لدى المراهق.

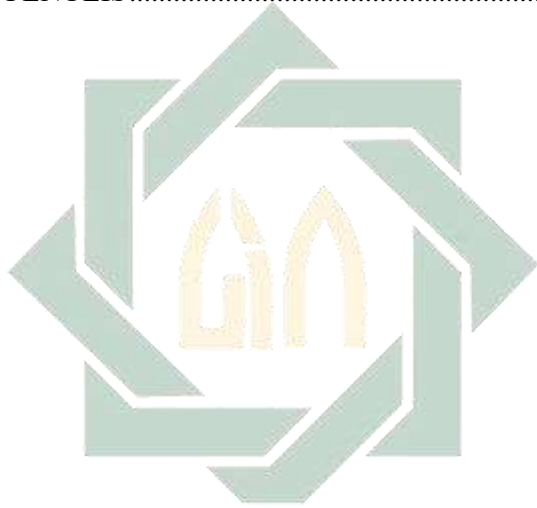
.كاتا كونسني: العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني، كيباندوان، لعبة على الإنترنت

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
الخلاصة.....	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xviii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Penelitian Terdahulu	9
F. Definisi Konsep	17
1. <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>	17
2. Kecanduan <i>Game online</i>	19
G. Sistematika Pembahasan.....	19
BAB II : KERANGKA TEORETIK.....	21
A. <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>	21
1. Pengertian REBT.....	21
2. Tujuan REBT.....	23
3. Teknik-Teknik REBT.....	24
4. Model ABCDE dalam Implementasi REBT.....	31

5.	Langkah-Langkah REBT.....	33
B.	Kecanduan <i>Game online</i>	34
1.	Pengertian Kecanduan <i>Game online</i>	34
2.	Faktor-Faktor Kecanduan <i>Game online</i>	38
3.	Indikator Kecanduan <i>Game online</i>	41
4.	Dampak Kecanduan <i>Game online</i>	43
BAB III :	METODE PENELITIAN.....	47
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	47
B.	Subjek Penelitian.....	47
C.	Jenis dan Sumber Data.....	49
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	50
E.	Teknik Validitas Data.....	52
F.	Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV :	PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA.....	54
A.	Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	54
1.	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	54
2.	Identitas Peneliti.....	54
3.	Identitas Konselor.....	55
4.	Identitas Konseli.....	57
5.	Deskripsi Permasalahan Konseli.....	57
B.	Penyajian Data.....	60
1.	Deskripsi Proses <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> Untuk Mengatasi Kecanduan <i>Game online</i> Pada Seorang Remaja di Kecamatan Kepanjenkidul Kota Blitar.....	60
2.	Deskripsi Hasil Proses <i>Rational Emotive Behaviour</i> <i>Therapy</i> Untuk Mengatasi Kecanduan <i>Game online</i> Pada Seorang Remaja di Kecamatan Kepanjenkidul Kota Blitar.....	82
C.	Analisis Data.....	87
1.	Perspektif Teoretik.....	87
2.	Perspektif Dakwah Islam.....	91
BAB V :	PENUTUP.....	94
A.	Kesimpulan.....	94

B. Rekomendasi95
C. Keterbatasan Penelitian96
DAFTAR PUSTAKA97
LAMPIRAN104
BIOGRAFI PENULIS.....137



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1: Lembar Observasi Konseli Sebelum Diberikan <i>Treatment</i>	59
Tabel 4.2: Lembar Observasi Konseli Setelah Diberikan <i>Treatment</i>	86



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Pedoman Observasi.....	104
Lampiran 2: Transkrip Hasil Wawancara <i>Disputing Irrational Beliefs</i>	114
Lampiran 3: Transkrip Hasil Wawancara <i>Rational Emotive Imagery</i>	126
Lampiran 4: Transkrip Hasil Wawancara <i>Reinforcements and Penalties</i>	134
Lampiran 5: Surat Keterangan Melakukan Penelitian.....	135
Lampiran 6: Dokumentasi Sesi Konseling <i>Disputing Irrational Beliefs</i>	136
Lampiran 7: Dokumentasi Sesi Konseling <i>Rational Emotive Imagery</i>	136
Lampiran 8: Dokumentasi Sesi Konseling <i>Reinforcements and Penalties</i>	136

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtiyas, Sri Wahyuni. "Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan *Game online* (The Role of Teachers in Overcoming Addiction to Online Games)." *Jurnal KOPASTA* 4, no. 1 (2017): 29.
- al-Hanbali, Imam Ibnu Rajab. *Mukhtasar Jami'ul Ulum Wal Hikam*. Jakarta: Darul Haq, 2018.
- Ananda, Chofifah Khairi. "Pendekatan Rebt (Rasional Emotive Behavior Therapy) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa." *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam* 4, no. 1 (2022): 3.
- Angela. "Pengaruh *Game online* Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir." *eJournal Ilmu Komunikasi* 1, no. 2 (2013): 532.
- Ardi. "Peran Bimbingan Konseling Islam Mengatasi Kecanduan *Game online*." *EKSPOSE: Jurnal Penelitian Hukum dan Pendidikan* 18, no. 1 (2019): 806.
- Asri, Aika Rahmatika, Abdul Saman, and Nur Fadhillah Umar. "Kecanduan *Game online* Siswa Dan Penanganannya Pada Era Pandemi Di SMA Negeri 13 Bone (Studi Kasus SMA Negeri 13 Bone)." *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies* (2022): 2–3.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2004.
- Baggio, Stéphanie. "Reframing Video Gaming and Internet Use Addiction: Empirical Cross-National Comparison of Heavy Use Over Time and Addiction Scales Among Young Users." *Addiction* 111, no. 3 (2016): 513–522.

- Bachri, Bachtiar Sjaiful. "Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif." *Jurnal Teknologi Pendidikan* 10, no. 1 (2010): 54.
- Bungin, Burhan. *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Airlangga University Press, 2001.
- Corey, Gerald. *Teori Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: PT Eresco, 1995.
- . *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Eighth Edition*. Belmont: Thomson Brooks, 2008.
- Echdar, Saban. *Metode Penelitian Manajemen Dan Bisnis: Panduan Komprehensif Langkah Demi Langkah Penelitian Untuk Skripsi, Tesis, Dan Disertasi*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2017.
- Ellis, Albert. *Rational Emotive Behavior Therapy*. New York: The Albert Ellis Institute, 1957.
- Erlina, Nova, and Devi Novita Sari. "Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016." *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3, no. 2 (2016): 303.
- Ghuman, Davinder, and Mark D. Griffiths. "A Cross-Genre Study of Online Gaming: Player Demographics, Motivation for Play, and Social Interactions Among Players." *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning* 2, no. 1 (2012): 13–29.
- Griffiths, Mark D., and Mark N. O. Davies. *Does Video Game Addiction Exist?* Boston: MIT Press, 2005.
- Habsy, Bakhrudin All. *Konseling Rational Emotif Perilaku: Sebuah Tinjauan Filosofis*. Jombang: Darul Ulum, 2018.

- . “Pendekatan REBT (Rasional Emotive Behavior Therapy) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.” *Istifkar: Jurnal Pendidikan Islam* 4, no. 1 (2024): 61.
- Hartono, and Boy Soedarmadji. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2012.
- Hayadi, Nispia Baity. “Perilaku Menyimpang Remaja Yang Kecanduan *Game* Online Di RT 49 Kelurahan Sidodadi.” *eJournal Sosiatri-Sosiologi* 9, no. 1 (2021): 30–41.
- Idris, M. Arif. “Israf Dan Pendidikan Islam Sebagai Pencegahnya.” *Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam* 10, no. 2 (2018): 184.
- Ikhsan, M. *Yang Penting Happy*. Bandung: Dar Mizan, 2006.
- Irawan, Sapto, and Dina Siska. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan *Game online* Peserta Didik.” *Jurnal Konseling Gusjigang* 7, no. 1 (2021): 9–19.
- . “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan *Game online* Peserta Didik.” *Jurnal Konseling Gusjigang* 7, no. 1 (2021): 9–19.
- Jap, Tjibeng, Sri Tiatri, and Edo S. Jaya. “The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire.” *Plos One* 8, no. 4 (2013): 1–5.
- de Jong, Wim. *Kanker, Apakah Itu? Pengobatan, Harapan, Hidup, Dan Dukungan Keluarga*. Jakarta: Arcan, 2002.
- Kase, Olfie Irene, Andriyani E Lay, and Rizky M A Abel. “Efektivitas Teknik Reward Dan Punishment Dalam Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Control Dalam Mengurangi Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Sekolah Kejuruan.” *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora* 2, no. 2 (2024): 106–107.
- Komalasari, Gantina. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks, 2016.

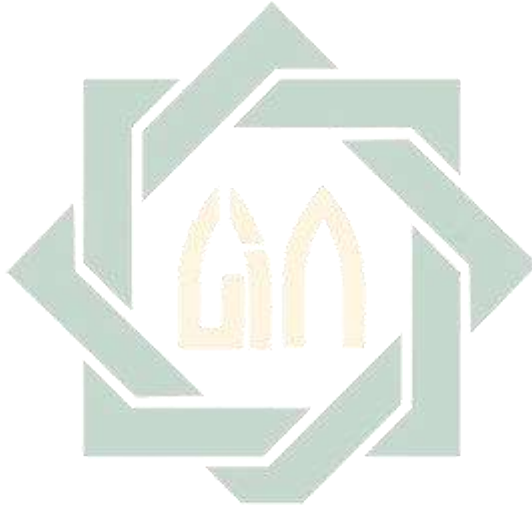
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, and Karsih. *Teori Dan Teknik Konseling, Cet.2*. Jakarta Barat: PT Indeks, 2011.
- Kustiawan, Andri Arif, and Andy Widhiya Bayu Utomo. *Jangan Suka Game online Pengaruh Game online Dan Tindakan Pencegahan*. Magetan: CV AE Media Grafika, 2018.
- Kusumawardani, Syahrul Perdana. "Game online Sebagai Pola Perilaku (Studi Deskriptif Tentang Interaksi Sosial Gamers Clash of Clans Pada Clan Indo Spirit)." *AntroUnairdotNet* 4, no. 2 (2015): 156.
- Masya, Hardiyansyah, and Dian Adi Candra. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016." *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3, no. 2 (2016): 103–118.
- Nasution, Abdul Fatah. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Harfa Creative, 2023.
- Natawidjaya, Rochman. *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan*. Bandung: Rizqi Press, 2009.
- Nawawi, Hadari. *Penelitian Terapan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University, 1996.
- Nija, Yosefina Ignasia, and Ayong Lianawati. "Bimbingan Kelompok Teknik Self-Control Efektif Mengurangi Kecanduan Game Online Siswa SMA Sejahtera Surabaya." *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 4, no. 2 (2020): 154–160.
- Novrialdy, Eryzal. "Kecanduan Game online Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya." *Buletin Psikologi* 27, no. 2 (2019): 150.
- Palmer, Stephen. *Konseling Dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.

- Pande, Ni Putu Arika Mulyasanti, and Adijanti Marheni. "Hubungan Kecanduan *Game online* Dengan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kuta." *Jurnal Psikologi Udayana* 2, no. 2 (2015): 163–171.
- Putra, Dimas Prastia, and Faisal Adnan Reza. "Group Counseling with Techniques Self-Management to Reduce Addiction *Game Online* in Early Adult Individuals." *TAJDID: Majalah Ilmu Pengetahuan dan Pemikiran Keagamaan* 26, no. 2 (2023): 105–112.
- Putri, Dewi Eka. *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Transformasi Perilaku Kekerasan*. Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2023.
- Rizai, Muhammad. "Group Counseling with Bibliotherapy Techniques To Reduce Online *Game* Addiction In Children: A Literature Review." *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 2 (2021): 102.
- Rizma, and Henry Aditia Rigianti. "Fenomena *Game online* Di Kalangan Anak Sekolah Dasar." *Jurnal Pedagogos: Jurnal Pendidikan STKIP Bima* 3, no. 2 (2021): 41.
- Samekto, Cecilia Guno. *Be Your Own Therapist*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2009.
- Setyowati, Aprilia, Siti Partini Suardiman, and Novita Tri Lestari. "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Mereduksi Kecanduan *Game online* (Pada Siswa Kelas VIII) Di SMP Negeri 1 Pundong." *Indonesian Journal of Educational Counseling* 7, no. 1 (2023): 16.
- Sharf, Richard S. *Theories of Psychotherapy and Counseling: Concepts and Cases, 5th Edition*. Belmont: Linda Schreiber-Ganster, 2012.

- Shihab, M. Quraish Shihab. *Tafsir al Misbah IX*. Jakarta: Lentera Hati, 2006.
- Solikhah, Fitriatun, and Casmini. “Efektivitas Pendekatan Rational Emosional Behaviour Therapy Untuk Mengurangi Kecanduan *Game online* Pada Anak Sekolah Dasar Di SDN Jumeneng, Sumberdadi, Mlati, Sleman.” *Jurnal Hisbah* 13, no. 2 (2016): 14–34.
- Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2012.
- . *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2008.
- Supardan, Dadang. *Pengantar Ilmu Sosial*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2008.
- Suplig, Maurice Andrew. “Pengaruh Kecanduan *Game online* Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar.” *Jurnal Jaffray* 15, no. 2 (2017): 182–183.
- Suryanto, Rahmad Nico. “Dampak Positif Dan Negatif Permainan *Game online* Dikalangan Pelajar.” *Jom FISIP* 2, no. 2 (2015): 11.
- Syahrani, Ridwan. “Ketergantungan Online *Game* Dan Penanganannya.” *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling* 1, no. 1 (2015): 85.
- Wahyuningsih, Sri. *Metode Penelitian Studi Kasus*. Bangkalan: UTM Press, 2013.
- Yanti, Laras Melinda, and Salsabila Maharani Saputra. “Penerapan Pendekatan Rebt (Rasional Emotive Behavior Therapy) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.” *FOKUS* 1, no. 6 (2018): 252.
- Zain, Fawwaz, Nailassakinah Yahya, and Muhammad Jamaluddin. “Efektivitas Token Ekonomi Dalam Mengurangi Perilaku Kecanduan *Game online* Pada Mahasiswa.”

Jurnal Sosial Dan Humaniora 2, no. 1 (2024): 163–172.

Zebah, Aji Chandra. *Berburu Rupiah Lewat Game online*. Yogyakarta: Bounaboks, 2012.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A