

**EFEKTIVITAS PENERAPAN TEKNIK *BEHAVIORAL CONTRACT*
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MEREDUKSI
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA KELAS XI IPS 2
SMA KATOLIK SINT CAROLUS TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan dan
Ilmu Pendidikan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

OLEH:

**YOHANES NATALIUS KEFI
NIM: 111 19 025**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yohanes Natalius Kefi
NIM : 111 19 025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul: Efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023, adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan penyimpangan, maka saya bersedia dituntut secara hukum.

Kupang, 10 Januari 2023

Disahkan/Diketahui

Pembimbing I

Mahasiswa/Pemilik

Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
NIDN: 0822066201



Yohanes Natalius Kefi

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah disetujui dan disahkan pada tanggal 20 Februari 2023

Oleh

Pembimbing I



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
NIDN: 0822066201

Pembimbing II



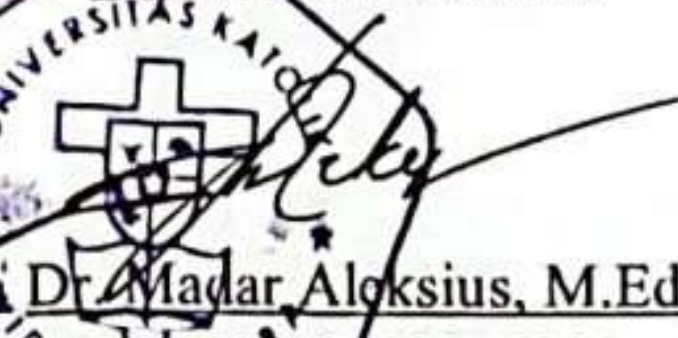
Dra. Rosa Mustika Bulor, M.Pd
NIDN: 0807056401

Mengetahui
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Dra. Maria Erlinda, M.Pd
NIDN: 0815056602

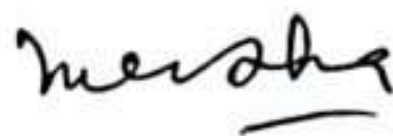
Mengesahkan
Dekan FKIP Unwira



Dr. Madar Aloksius, M.Ed
NIDN: 0829076201

Skripsi ini telah dipertanggungjawabkan di hadapan panitia ujian skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling, dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jenjang Strata 1 pada tanggal 20 Desember 2022.

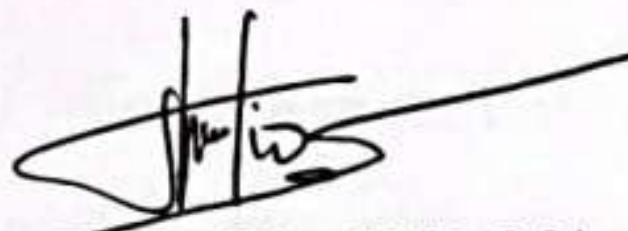
Panitia Ujian



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
NIDN: 0822066201
Ketua



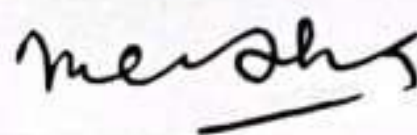
Dra. Rosa Musrika Bulor, M.Pd
NIDN: 0807056401
Sekertaris



P. Dr. Stefanus Lio, SVD, MA
NIDN: 0826127301
Penguji I



Drs. Wens Nagul, M.Pd, Kons.
NIDN: 08281163001
Penguji II



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
NIDN: 0822066201
Penguji III

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto : “Ia membuat segala sesuatu indah pada waktunya”
(Pengkhotbah, 3:11).

Persembahan

Karya ilmiah ini kupersembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta (bapak Antonius Kefi (alm.) dan mama Hermina Lake serta bapak Siprianus Neno dan mama Paulina Kefi)
2. Kakak dan adik terkasih (Alfrida Densiana Kefi, Evalina Stela Maria Kefi, dan Aurelia Susanti Siki)
3. Komunitas Bruder Keluarga Kudus-Nazareth
4. Almamater tercinta Universitas Katolik Widya Mandira.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti haturkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik dan tepat pada waktunya. Adapun judul skripsi ini: Efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini tentunya memiliki banyak tantangan dan hambatan yang dihadapi. Namun berkat bantuan pemikiran, saran, kerjasama, dan dukungan, serta dorongan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun secara tidak langsung, maka skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, dari lubuk hati yang paling dalam peneliti ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Madar Aleksius, M.Ed selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira yang telah membantu peneliti dalam urusan administrasi penelitian.
2. Dr. Kristo Djawa Djong, M.Pd selaku Wakil Dekan 1 yang telah membantu peneliti dalam urusan administrasi penelitian.
3. Dra. Maria Erlinda, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Katolik Widya Mandira yang selalu memotivasi peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan demi penyempurnaan dan penyelesaian penelitian dan penulisan skripsi ini.
5. Dra. Rosa Mustika Bulor, M.Pd selaku Pembimbing II yang selalu dengan sabar meluangkan banyak waktu untuk membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penyelesaian penelitian dan penulisan skripsi ini.
6. Ibu Marselina Yunita Aso, S.Pd sebagai pegawai Tata Usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu peneliti dalam pengurusan administrasi yang berkaitan dengan penelitian ini.
7. Bruder Francisco Javier Hernando, FSF selaku Pemimpin Umum Tarekat Bruder Keluarga Kudus yang telah mengizinkan dan membiayai peneliti selama perkuliahan, serta mendukung peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Bruder Aurelio Arreba, FSF selaku Pemimpin Komunitas Bruder Keluarga Kudus Nazareth-Liliba yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Bapak Fredus Kolo, S.Ag selaku Kepala SMA Katolik Sint Carolus yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian.
10. Ibu Maria Fatima Meo, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA Katolik Sint Carolus yang telah membantu dan mengarahkan peneliti dalam melaksanakan penelitian.
11. Siswa/i kelas X IPS, XI IPS 1, XI IPS 2, dan XII IPS 2 yang telah membantu peneliti dalam memberikan data dan melaksanakan penelitian.

12. Teman-teman seperjuangan Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019 atas segala bantuan, dukungan, dan perhatian kepada peneliti.
13. Bapak dan mama tercinta, kakak, adik, serta seluruh sanak saudara yang selalu mendoakan peneliti, memberi dorongan dan semangat serta membantu peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan, maka peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam skripsi ini. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Kupang, Desember 2022

Peneliti

ABSTRAK

Judul skripsi: Efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023. Masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok efektif untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023? Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas penerapan teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan *pre-eksperimental design (one-group pretest-posttest design)*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan pedoman intervensi. Teknik analisis data menggunakan rumus uji t. Hasil analisis menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 13.727 sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 2.776. Dengan demikian nilai $t_{hitung} > \text{nilai } t_{tabel}$. Hal ini menunjukkan bahwa teknik *behavioral contract* melalui bimbingan kelompok efektif mereduksi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Katolik Sint Carolus tahun pelajaran 2022/2023.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada: 1). Kepala sekolah, agar meningkatkan kerjasama dengan guru bimbingan dan konseling untuk memperlancar kegiatan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *behavioral contract* agar dapat membantu mereduksi kecanduan *game online* pada siswa. 2). Guru Bimbingan dan Konseling, agar secara berkesinambungan memberikan bimbingan kelompok kepada siswa dengan menggunakan teknik *behavioral contract* untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa. 3). Siswa, untuk memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *behavioral contract* yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling sehingga dapat mereduksi kecanduan *game online* pada siswa.

ABSTRACT

Thesis tittle: The effectiveness of applying the behavioral contract technique through group guidance to reduce online game addiction in the students of class XI IPS 2 at Sint Carolus Catholic High School in 2022/2023 academic year. The problem in this study was whether the application of the behavioral contract technique through group guidance was effective in reducing online game addiction in the students of class XI IPS 2 at Sint Carolus Catholic High School in 2022/2023 academic year? The purpose of this study was to determine the effectiveness of applying the behavioral contract technique through group guidance to reduce online game addiction in the students of class XI IPS 2 at Sint Carolus Catholic High School in 2022/2023 academic year.

The method used in this research was descriptive quantitative with a pre-experimental design (one-group pretest-posttest design). The instruments used in this study were questionnaire and intervention guidelines. Data analysis technique used the t test formula. The results of the analysis showed that the t_{count} value was 13,727 while the t_{table} value at the 5% significance level was 2,776. Thus the t_{count} value $>$ t_{table} value. This showed that the behavioral contract technique through group guidance effective to reduce online game addiction in the students of class XI IPS 2 at Sint Carolus Catholic High School for the 2022/2023 academic year.

Based on the results of this study, the researcher provide suggestions to:

- 1). Principals, should increase collaboration with guidance and counseling teachers to expedite group guidance service activities through behavioral contract technique in order to reduce the addiction of game online in students.*
- 2). Guidance and Counseling teachers, should continuously provide group guidance to students using behavioral contract technique to reduce students' addiction to online game.*
- 3). Students, should take advantage of group guidance services with the behavioral contract technique provided so as to reduce online game addiction.*

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR DIAGRAM	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Definisi Konseptual	5
E. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Teori Tentang Variabel Penelitian	9
B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan	30
C. Kerangka Konseptual	33
D. Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Jenis Penelitian	36
B. Tempat dan Waktu	37
C. Populasi dan Sampel	38
D. Definisi Operasional Variabel	39
E. Instrumen Penelitian	40
F. Pengumpulan Data	47

G. Teknik Analisis Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	67
A. Hasil Penelitian	67
B. Pembahasan.....	75
BAB V PENUTUP.....	78
A. Simpulan	78
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN-LAMPIRAN	