

## ABSTRAK

**NADIDAH ZAHRANI. 2018. Rancangan Pelatihan Mengenai Adiksi Game Online sebagai Pra-Intervensi Pelatihan Strategi Pengelolaan Diri Pada Remaja dengan Adiksi Game Online (Rancangan Pelatihan Mengenai Adiksi Game Online sebagai Pra-Intervensi Pelatihan Strategi Pengelolaan Diri untuk Meningkatkan Kesadaran pada Remaja dengan Adiksi Game Online Usia 12-14 tahun.**

**Pembimbing: Dra. Lenny Kendhawati, M.Si., Psikolog dan Dra. Marisa F. Moeliono, M.Si, Psikolog.**

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh rancangan penelitian mengenai adiksi game online sebagai pra-intervensi pelatihan strategi pengelolaan diri unruk meningkatkan kesadaran pada remaja dengan adiksi game online.

Game Online merupakan media elektronik yang menyuguhkan permainan berupa tampilan gerak, warna, suara yang memiliki aturan main dan terdapat level tertentu yang bersifat menghibur dan dapat membuat remaja menjadi terikat dengan permainan tersebut, hal ini yang sering kali membuat seseorang terikat dengan game online yang sering disebut dengan adiksi game online. Ketika seseorang sudah terkena adiksi game online maka akan sulit untuk mengendalikan dirinya dalam menggunakan game online seperti dalam mengatur kapan waktu yang pas untuk bermain dan lama waktu yang digunakan untuk bermain.

Young (2009) mengatakan bahwa individu yang memiliki *self-control* rendah akan kehilangan kontrol dan menjadi adiksi. Sehingga salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self-control* dalam bermain game online adalah dengan memberikan program pelatihan strategi pengelolaan diri. Namun menurut Miltenberger (2012) sebelum melakukan pelatihan program pengelolaan diri diperlukan pengetahuan mendalam tentang tingkah laku yang ingin dirubah dari diri individu. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk menyusun suatu rancangan pelatihan mengenai adiksi game online untuk meningkatkan pengetahuan remaja dengan adiksi game online.

Penelitian ini terdiri dari tiga sesi pelatihan untuk memberikan pengetahuan akan adiksi game online. Menggunakan pendekatan *instruksional design*, serta melalui proses *expert review*. Hasil dari penelitian ini adalah rancangan pelatihan mengenai adiksi game online guna meningkatkan pengetahuan tentang perilaku adiksi game online pada remaja usia 12-14 tahun dengan adiksi game online tingkat rendah yang siap untuk diujicobakan.

**Kata Kunci:** *Adiksi Game Online, Remaja Usia 12-14 tahun, Pelatihan mengenai adiksi game online, kesadaran, pra-intervensi program elatihan strategi pengelolaan diri.*

## ABSTRACT

**NADIDAH ZHRANI. 2018. Training Design Concerning Online Game Addiction as Pre-Intervention Self-Management Strategy Training for Adolescents with Online Game Addiction (Training Design Concerning Online Game Addiction as Pre-Intervention Self-Management Strategy Training to Raise Awareness on 12-14 years old Adolescents with Online Game Addiction).**

**Mentor: Dra. Lenny Kendhawati, M.Sc., Psychologist and Dra. Marisa F. Moeliono, M.Si, Psychologist.**

This study aims to design a training concerning online game addiction as a pre-intervention self-management strategy training to raise awareness in adolescents with online game addiction.

Online game is an electronic media that presents the game in the form of motion display, colors, and sounds with specific rules and levels that are entertaining and can make adolescents attached to the game. These attachments to game online is what often called as addiction to game online. Once a person gets addicted to game online, it will be difficult to control himself in regards to time and duration of using online games.

Young (2009) states that an individual with low self-control would lose control and become addicted. So one effort that can be done to improve self-control in playing games online is to provide self-management strategy training program. However, according to Miltenberger (2012), prior to conducting self-management training program, it is required to have a deep knowledge of the behavior that wants to be changed. Therefore, researcher was interested in conducting research that aims to develop a training design for online game addiction to improve such knowledge for adolescents with online game addiction.

The study consists of three training sessions in providing knowledge of online game addiction. This study was made using the instructional design approach as well as expert review. The result of this study is a training design on online game addiction to improve knowledge about online game addiction behavior in adolescents aged 12-14 years with low level online game addiction that is ready for trial.

**Keywords: Online game addiction, 12-14 years old adolescents, online game addiction training, knowledge, pre-intervention self-management strategy training.**