HUBUNGAN ANTARA WAKTU PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN KONTROL DIRI PADA ANAK YANG BERMAIN *VIDEO GAME ONLINE*

SKRIPSI

Oleh

Agung Widhi Pramana

11320116

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2018

HUBUNGAN ANTARA WAKTU PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN KONTROL DIRI PADA ANAK YANG BERMAIN *VIDEO GAME ONLINE*

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana S1 Psikologi

Oleh

Agung Widhi Pramana

11320116

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2018

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

Hubungan Antara Waktu Penggunaan *Gadget* Dengan Kontrol Diri Pada Anak yang Bermain *Video Game Online*

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Pada Tanggal

19 MAR 2018

Oleh:

Agung Widhi Pramana

11320116

Mengesahkan,
Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas
Islam Indonesia

Mira Aliza Rachmawati.S.Psi.,M.Psi

Dewan Penguji

1. Nur Widiasmara, S.Psi., M. Psi.
2. Mira Aliza Rachmawati, S.Psi, M.Psi.
3. Fani Eka Nurtjahjo.,S.Psi, M.Psi., Psi.

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama	: Agung Widhi Pramana
No. Mahasiswa	: 11320116
Program Studi	: Psikologi
Judul Skripsi	: Hubungan Antara Waktu Penggunaan *Gadget* Dengan Kontrol Diri Pada Anak yang Bermain *Video Game Online*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya oranglain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagai mana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, Februari 2017

Yang menyatakan,



Agung Widhi Pramana

iv

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahi Rabbil'alamin

Segala puji dan syukur kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala atas cinta dan nikmat-Nya yang tak terhitung, yang telah mengizinkan serta memampukan penulis untuk dapat menyelesaikan tugas akhir ini di waktu yang terbaik.

Teruntuk….

Bapak W Purwandono

yang telah menjadi bapak yang baik yang sangat bertanggung jawab dan menyayangi keluarga. Terimakasih untuk segala kerja keras dan telah mencontohkan untuk menjadi manusia yang sabar dan kuat.

dan

Ibu Sri Hartati

ibuku yang luar biasa tangguh. Terimakasih untuk selalu memintakan kebaikan untukku di sepertiga malam dan tak henti mengingatkanku untuk selalu taat serta menggantungkan hidup pada Sang Pemberi Kehidupan.

HALAMAN MOTTO

Jika Anda bergetar dengan geram setiap melihat ketidakadilan, maka Anda adalah kawan saya.

(Che Guevara)

JADILAH PELOPOR BUKAN CUMA PENGEKOR
JADILAH PERINTIS BUKAN CUMA PEWARIS

(Lucky "Oetji" Hendrawan, El Presidente BBMC 1988-1992)

S.D.F.F.S.D

(Street Demon Indonesia)

Jadikanlah sholat sebagai meditasi mu dan motor menjadi terapi mu

(Agung Widhi Pramana)

PRAKATA

Alhamdulillahi Rabbil'alamin. Syukur yang tiada hentinya penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, yang telah menyayangi dan mengasihi tanpa henti hingga detik ini, sehingga penulis masih dapat merasakan nikmat sehat serta diizinkan untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan segala pertolonganNya. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah bagi Rasulullah Muhammad Salallahu'alaihi wa Salam manusia paling mulia, suri tauladan paling sempurna, beserta keluarga dan para sahabatnya.

Penulis tidak dapat menyelesaikan studi serta tugas akhir ini tanpa peran dan dukungan dari banyak pihak. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. rer. nat. Arief Fahmi, S. Psi., M.A., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah menjadi panutan serta senantiasa mengayomi mahasiswa FPSB.
2. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S. Psi., M. Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah mendidik serta mengasuh mahasiswa Psikologi di kampus tercinta.
3. Bapak Nur Widiasmara, S. Psi., M. Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing, berdiskusi, membagikan ilmunya, menyemangati, mendoakan serta membantu banyak hal hingga terselesaikannya tugas akhir ini.

4. Bapak Novaliant Filsuf Tasaufi, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik atas segala bimbingan dan nasehat yang diberikan.
5. Seluruh dosen Psikologi Universitas Islam Indonesia yang selama ini menjadi jalan bertambahnya ilmu sehingga penulis in sya Allah menjadi pribadi yang lebih baik.
6. Butawarna All Crew yang selalu mendukung, mendoakan, menyemangati, memotivasi, membantu dan mendorong terselesaikannya tugas akhir ini.
7. Seluruh responden yang telah memberikan waktunya yang berharga untuk mengisi kuisioner guna melengkapi data penelitian penulis.
8. Teman, saudara, kerabat yang membantu penulis dalam pengumpulan data penelitian.
9. Thufeil Amer, atas dongkraknya secara spirit dan masukannya untuk penelitian penulis.
10. Nanda my lovely sister, the independent woman, yang memberi nasehat dalam pengerjaan skrispsi saya, dan yang selalu menemani saya di waktu tersempit, susah, senang maupun sedih.
11. Street Demon Indonesia, Club Motor saya, terimakasih atas segala supportnya dari awal pengerjaan skripsi dan dukungannya agar skripsi ini cepat selesai, kalian mengajarkan saya tentang Brotherhood.
12. Ira, atas segala kebaikan hatinya membantu banyak untuk skripsi ini. Terimakasih untuk mau direpotkan.

13. Bayu Prakoso dan Garlindra Raka Permana, teman baik dari semester 2 yang selalu menjadi teman yang mengayomi dan memberi nasehat tentang agama dan moral, untuk membuat saya menjadi pribadi yang lebih baik
14. Teman-teman UnikBaik, Alfatkah dan UlulAzmi yang menemani saya ketika saya sendirian mengajak saya motoran keluar kota
15. Untuk Inggit. Terimakasih telah menemani dan menjadi penyemangat selama bimbingan skripsi, kamu sangat berarti sekali.
16. Teman-teman yang pernah memotivasi dan membantu secara langsung dan tidak langsung, penulis ucapkan terimakasih.

Semoga Allah Subhanahu wa Ta'ala memberikan pula kebaikan yang berkali lipat kepada pihak-pihak yang telah membantu. Akhir kata, besar harapan penulis agar skripsi ini dapat memberikan banyak manfaat. In sya Allah.

Yogyakarta, Februari 2018

Peneliti,

Agung Widhi Pramana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL……..…….…i

HALAMAN PENGESAHAN…….……....ii

HALAMAN PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK…….…….…….....iii

HALAMAN PERSEMBAHAN……...…..iv

HALAMAN MOTTO…….…….….v

PRAKATA……...…....vi

DAFTAR ISI……...….ix

DAFTAR TABEL…….....….xii

DAFTAR LAMPIRAN…….…...…..xiii

INTISARI……...….....xiv

BAB I PENGANTAR…….....1

A. Latar Belakang Masalah……..…….....1

B. Tujuan Penelitian…….…….....4

C. Manfaat Penelitian……..…….....4

D. Keaslian Penelitian…….....5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA…….……10

A. Kontrol Diri.....……..…….....10

1. Pengertian Kontrol Diri.....……...……...10

2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....……13

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....…….....14

B. Waktu Penggunaan *Gadget* ……...……15

1. Definisi Waktu Penggunaan *Gadget*……...…….15

C. Hubungan Antara Waktu Penggunaan *Gadget* dengan Kontrol Diri pada Anak yang Bermain *Game Online*…….....…...15

D. Hipotesis Penelitian……..20

BAB III METODE PENELITIAN…….……21

A. Identifikasi Varibel-varibel Penelitian…….21

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian……21

1. Kontrol Diri.....……..21

2. Waktu Penggunaan *Gadget*.....…….……..22

C. Subjek Penelitian…….....……..23

D. Metode Pengumpulan Data…….23

1. Skala Kontrol Diri….....…….....24

2. Skala Waktu Penggunaan *Gadget* ……...…….25

E. Uji Validitas dan Reliabilitas…….....…….26

F. Metode Analisis Data……..27

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN……...28

A. Orientasi Kancah dan Persiapan…….....28

1. Orientsi Kancah....….....…….....28

2. Persiapan Penelitian.....……...…….30

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian……..33

C. Hasil Penelitian……...33

D. Pembahasan…….43

BAB V PENUTUP…….47

A. Kesimpulan……..47

B. Saran…….....47

DAFTAR PUSTAKA…….....49

LAMPIRAN……...….53

DAFTAR TABEL

Tabel 1: Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri.....……..24

Tabel 2: Skala Waktu Penggunaan *Gadget* …….....……25

Tabel 3: Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin .....…….……..34

Tabel 4: Distribusi responden berdasarkan usia .....…..……34

Tabel 5: Distribusi responden berdasarkan Kelas .....……..…..……..34

Tabel 6: Distribusi responden berdasarkan Frekuensi bermain *game*..……35

Tabel 7: Distribusi responden berdasarkan Jenis alat .....…….35

Tabel 8: Norma presentil untuk kategorisasi .....……36

Tabel 9: Norma Kategorisasi Menurut skor Persentil ..……36

Tabel 10: Norma Hasil Kategorisasi Menurut skor presentil ....…….....37

Tabel 11: Hasil Uji Normalitas .....…….38

Tabel 12: Hasil Uji Linearitas……...38

Tabel 13: Hasil Uji Hipotesis 39

Tabel 14: Hasil Korelasi Tiap Aspek Kontrol Diri ..……....40

Tabel 15: Hasil Uji Homogenitas .....…….....41

Tabel 16: Hasil Uji Beda ANOVA …..……42

Tabel 17: Hasil *Compare Mean* .....…42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Pengambilan Data……..……..53

Lampiran 2 Tabulasi Data Skala Kontrol Diri...……..58

Lampiran 3 Reliabilitas dan Validitas Skala Kontrol Diri .....……...66

Lampiran 4 Hasil Pengolahan Data Penelitian .....…….....68

Hubungan Antara Waktu Penggunaan Internet dengan Kontrol Diri pada Anak

Agung Widhi Pramana

Nur Widiasmara

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara waktu penggunaan internet dengan kontrol diri pada anal. Penelitian ini dilakukan pada 154 siswa SD baik putri maupun putra dengan rentang usia 9-12 tahun di Purwokerto. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan mengadaptasi skala *Brief Self Control Scale* (Tangney, 2004). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang negatif antara waktu penggunaan internet dengan kontrol diri pada anak dengan nilai r=-0,364 (p=0,000).

Kata kunci: Anak, Internet, *gadget*, kontrol diri

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Dalam masa kanak-kanak interaksi dengan kawan-kawan sebaya sebagian besar melibatkan kegiatan bermain, bermain penting bagi perkembangan kognitif dan sosio-emosi anak-anak (Coplan & Arbeau, 2009). Menurut freud dan erikson, bermain membantu anak dalam mengatasi kecemasan dan konflik-konfliknya. Karena ketegangan dapat diredakan melalui aktivitas bermain, anak dapat mengatasi masalah hidup. Bermain memungkinkan anak untuk mengeluarkan kelebihan energi dan melepaskan ketegangan yang tertahan. Para terapis menggunakan terapi bermain untuk mengatasi frustasi, menganalisis konfik-konflik anak, serta cara cara mengatasinya (Drew, Carey & Schaefer, 2003). Anak-anak dapat merasa kurang terancam dan cenderung lebih dapat mengexpresikan perasaan-perasaan sebenarnya dalam konteks bermain.

Piaget (1962) tetap berpendapat bahwa bermain dapat meningkatkan perkembangan kognitif. Di saat yang sama, Piaget mengatakan bahwa perkembangan kognitif anak-anak membatasi cara mereka bermain. Bermain membuat anak-anak mempraktikan kompetensinya serta memperoleh keterampilan melalui cara yang menyenangkan. Menurut Piaget, struktur kognitid harus dilatih, dan bermain memberikan setting yang sangat baik untuk latihan tersebut. Daniel Berlyne (1960) mendeskripsikan bermain sebagai aktivitas yang menggairahkan dan menyenangkan

karena bermain memuaskan dorongan eksploritasi kita. Dorongan ini mencakup rasa ingin tahu dan hasrat untuk memperoleh informasi mengenai sesuatu yang baru atau tidak bisa. Bermain adalah suatu sarana dimana anak-anak dapat mengexplorasi secara aman dan mencari informasi-informasi baru.

Tipe-tipe permainan anak yang banyak dipelajari adalah permainan sensorimotor serta permainan praktis, permainan pura-pura simbolik, permainan sosial, permainan konstruktif dan *game*s (Berge, 1988). Permainan praktis melibatkan pengulangan perilaku, yang terjadi ketika sejumlah keterampilan baru sedang dipelajari, atau ketika anak dituntut untuk memiliki penguasaan fisik ataupun mental dan menggoordinasi keterampilan yang diperlukan untuk permainan atau olahraga. Permainan sensorimotor sering sekali melibatkan permainan praktis, kususnya selama masa bayi, sementara permainan praktis dapat berlangsung seumur hidup. Selama masa prasekolah, anak anak sering kali terllibat dalam permainan praktis. Permainan pura-pura/simbolik permainanpura pura, terjadi ketika seorang anak mengubah lingkungann fisik menjadi sebuah simbol. Ketika berusia antara 9 hingga 30 bulan, anak anak meningkatkan penggunaan objek di dalam permainan simbolik, mereka belajar mengubah ibjek menganggap objek itu sebagai pengganti objek lain, serta memperlakukan objek itu seolah-olah objek lainnya. Contoh, sorang anak prasekolah merupakan “usia emas” dari bermain simbolik/pura pura yang memiliki sifat dramatik atau sosiodramatik. Tipe permainan pura pura sering kali muncul sekitar usia 18 bulan dan mencapai puncaknya di usia 4 hingga 5 tahun. Permainan sosial adalah kegiatan bermain yang melibatkan interaksi dengan kawan-kawan sebaya.

Permainan sosial meningkat secara dramatis selama masa prasekolah. Bagi sebagian besar anak-anak, permainan sosial adalah konteks utama bagi interaksi sosial anak dengan kawan sebayanya (Coplan & Arbeau, 2009). Permainan konstruktif mengkombinasikan permainan sensomotor praktis dengan representasi simbolik. Bermain konstruktif terjadi ketika anak-anak terlibat dalam kreasi yang bersifat regulasi diri dan sebuah produk atau solusi. Bermain kontruktif meningkat di masa prasekolah sebagaimana permainan simbolik meningkat dan permainan sensor-motorik menurun. Bermain konstruktif juga merupakan bentuk bermain yang sering dilakukan di tahun-tahun sekolah dasar, baik di dalam maupun di luar kelas. *Game*s adalah aktivitas yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan dan memiliki aturan-aturan. *Game*s sering kali bersifat kompetitif. Anak-anak prasekolah mungkin mulai berpartisipasi di dalam permainan sosial yang mencakup aturan-aturan sederhana yang bersifat simbolik. Meskipun demikian, *game*s memiliki peranan yang lebih besar bagi kehidupan anak-anak sekolah dasar. Dalam sebuah studi, insiden tertinggi dari bermain terjadi antara usia 10 hingga 12 tahun (Elferman,1971). Setelah usia 12 tahun, popularitas *game* menurun (Barge, 1988)

Namun semakin berkembangnya jaman dengan kemajuan teknologi kini anak lebih cenderung menggunakan internet sebagai sarana untuk bermain. Hanya saja, ada beberapa hal yang harus di perhatikan bahwa jika anak menggunakan internet terlalu lama untuk bermain dapat menyebabkan kecanduan. Anak dapat kecanduan diakibatkan anak terlalu lama menggunakan gadget dan merasa keasikan, hal itu menyebabkan anak tersebut tidak dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan

gadget, seorang anak yang terlalu lama menggunakan gadget untuk bermain game online dan merasa keasikan akan sangat susah menghentikan bermain game online dengan menggunakan gadget tersebut. Ada sebuah keasikan dalam bermain game yang mengakibatkan anak tidak mau berhenti memainkan, anak yang asik bermain gadget untuk bermain game, akan lebih senang berinteraksi dengan gedgetnya dari pada berinteraksi dengan orang lain, anak yang bermain gadget tidak peduli dengan lingkungan sekitar, sehingga tidak memahami etika bersosialisasi (Anna, 2014).

Seorang anak yang sudah sering menggunakan gadget ketika di jauhkan dari gadgetnya akan timbul rasa gelisah, bahkan di perkirakan 80% pengguna gadget merasa seperti itu (Anna 2014). Perilaku yang terpengaruh dari dampak pemakaian gadget berlebihan adalah pola tidur dan pola belajar. Dalam sebuah survei yang dilakukan *the national sleep foundation* terhadap 1100 orangtua yang memiliki anak berusia 6-17 terungkap bahwa waktu tidur anak-anak lebih sedikit daripada yang di rekomendasikan 72% anak-anak juga tidur dengan sedikitnya satu peralatan elektronik di kamar tidur mereka. Anak remaja yang masih membawa gadget sampai di tempat tidurnya memiliki waktu tidur yang kurang, merubah pola belajar yang akhirnya di kelas saat pelajaran merasa mengantuk, sulit konsentrasi dan kemampuan di pelajaran menurun (Anna 2014). Gadget juga dapat mengakibatkan seorang anak menjadi agresif seperti mudah memukul, berkata kasar, dan merusak benda benda sebagai pelampiasan emosi, hal ini karena gadget yang di gunakan untuk bermain video game yang mengandur unsur kekerasan, anak dapat meniru adegan kekerasan tersebut atau ketika anak di suruh berhenti bermain gadget anak akan marah karena

keasikaannya terganggu atau dihentikan, tindak kekerasan paling banyak dilakukan oleh anak laki-laki, karena mereka lebih agresif dan emosinya belum terkendali. Sehingga sesama anak laki-laki sering terjadi pertengkaran (Anna 2014), selain itu kekalahan dalam bermain game juga dapat membuat emosi mereka tidak stabil, karena terdapat perasaan marah kecewa dan tidak puas sehingga mereka tertantang mencoba terus hingga berhasil mendapatkan apa yang dia inginkan hal ini adalah salah satu dampak dari bermain game online (pitaloka, 2013)

Lebih dari dua jam anak menggunakan internet maka anak sudah termasuk kategori berlebihan dalam menggunakan gadget (LaRose & Eastin, 2004). Hal itu karena saat kanak-kanak fisiknya masih jauh dari kata matang, oleh karena itu harus aktif bergerak seperti berolahraga (graham, Holt/hale & Parker 2010) tidak hanya berdiam diri untuk bermain gadget video game saja, karena akan berdampak buruk pada kesehatan anak tersebut

Di tahun 2010 seorang peneliti bermana Holts dan rekannya Appel telah meneliti penggunaan internet pada anak-anak di Australia berusia 10 sampai 14 tahun, rata rata waktu yang di habiskan adalah 4 jam dalam sehari, Dari kasus tersebut, implikasi akademik yang timbul adalah rasa malas untuk menjalani sekolah atau kuliah yang akhirnya akan membawa implikasi negatif terhadap kegiatan itu sendiri (Wibisono, 2008). Dari Artikel jurnalweb.com (2016) dampak negatif menggunakan internet dengan smartphone secara berlebihan yaitu anak susah tidur, kurang bergerak, gangguan pada mata, sering nyeri pada persendian karena kurang bergerak, konsentrasi jadi pendek, sulit bersosialisasi dengan orang, rasa cemas

berlebihan, gangguan mental, perilaku agresif mudah marah, menjadi pelupa, kecanduan pada internet, hal ini yang seharusnya di hindari oleh anak yang masih dalam taham perkembangan, karena jika ini terkena kepada anak perkembangan anak akan sedikit terhambat.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara waktu penggunaan internet dengan kontrol diri pada anak, serta menguji signifikasinya.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penlitian ini di lakukan untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan psikologi yang khususnya adalah psikologi perkembangan dan sosial dalam pola asuh orang tua supaya dapat memantau anaknya dalam menggunakan *gadget* untuk bermain internet

2. Manfaat Praktis

   Penelitian ini memberikan informasi yang akurat mengenai pentingnya perilaku kontrol diri terutama kontrol diri anak, sehingga anak dapat fokus dalam pelajaran yang dia pelajari di sekolah, dan dapat mengerjakan tugas-tugas dari gurunya dengan efektif

D. Keaslian Penelitian

Dilihat dari penelitian sebelumnya dengan judul *The Ralationship Between Online game Addiction and Aggression, Self-Control and Narcissistic personality traits* yang di teliti oleh Eun Joo Kim, Kee Namkoong, Yaeyun Ku, dan Se Joo Kim pada tahun 2007 di Korea Selatan dengan subjek adalah semua pemain *video game* WarCraft yang bermain di bulan Juni 2006. Dari hasil penelitian yang di lakukan tercatat bahwa kebanyakan pemain adalah pelajar (68,8%), pekerja (21,3%) dan pengangguran (9,9%) dan ini menunjukan kebanyakan mereka menggunakan waktu untuk bermain *game* selama 313.09 menit per hari dan dapat mengeluarkan uang untuk bermain *game* sebanyak $30.90 per bulan

Penelitian berikutnya adalah Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Di Yogyakarta yang di lakukan oleh Dhea Rachmadani Taurnia (2012), subjek dari penelitian ini adalah pelajar SMA dan mahasiswa semester awal dari berbagai sekolah maupun universitas yang ada di Yogyakarta dan sering mengunjungi *game center* secara teratur. Dari hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosi pada remaja di Yogyakarta. Kategori skor untuk intensitas bermain *game online* berada pada kategori sedang dan kategori skor untuk kecerdasan emosi berada pada kategori sedang.

Penelitian berikutnya adalah *The Role Of Cognitive Depletion From Playing Video Game in Promoting Aggresion* (2012) oleh Cassandra Pentzien dari Universitas Michigan, yaitu hasil penelitian ini di simpulkan bahwa agresi di picu oleh provokasi

dari hasil bermain *Video game* yang mengandung unsur kekerasan, subjeknya adalah 107 perempuan dan 60 laki laki dengan kisaran umur 18-27 yang bermain *game* playstation 3 dan di rekrut oleh *The Psychology Subject Pool*.

Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut diatas maka penelitian ini bisa dikotakan original dari segi :

1. **Keaslian Teori**

   Pada penelitian *The Relationship Between Online Game Addictional and Aggression, Self Control and Narcissitic Personaliti Traits* yang di teliti oleh Eun Joo Kim dkk (2007), di penelitian tersebut peneliti menggunakan teori Buss AH dan Perry H *The Aggression* (1992). Penelitian selanjutnya Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Di Yogyakarta yang di lakukan oleh Dhea Rachmadani Taurnia (2012), peneliti menggunakan teori kontrol diri dari Averil (2007). Penelitian berikutnya *The Role Of Cognitive Depletion From Playing Video Game in Promoting Aggresion* (2012) oleh Cassandra Pentzien, peneliti menggunakan teori dari Baumesiter (2007). Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori Jenna Jo Berry Highfield (2012), Tangney (2004)

2. **Keaslian Topik**

   Dalam penelitian dengan judul *The Relationship Between Online game Addiction and Aggression, Self-Control and Narcissistic personality traits* yang di teliti oleh Eun Joo Kim, Kee Namkoong, Yaeyun Ku, dan

Se Joo Kim pada tahun 2007 dalam penelitian ini menyatakan bahwa kebanyakan pemain adalah pelajar (68,8%), pekerja (21,3%) dan pengangguran (9,9%) dan ini menunjukan kebanyakan mereka menggunakan waktu untuk bermain *game* selama 313.09 menit per hari dan dapat mengeluarkan uang untuk bermain *game* sebanyak $30.90 per bulan. Lalu pada penelitian dengan judul Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Di Yogyakarta yang di lakukan oleh Dhea Rachmadani Taurnia (2012), dimana tidak ada hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosi pada remaja di Yogyakarta. Dan pada penelitian oleh Cassandra Pentzien dengan judul *The Role Of Cognitive Depletion From Playing Video Game in Promoting Aggresion*, dalam penelitian ini menyatakan bahwa agresi di picu oleh provokasi dari hasil bermain *video game* yang mengandung unsur kekerasan. Sedangkan pada penelitian ini membahas topik tentang kontrol diri yang kurang pada anak dalam bermain *gadget* terutama di gunakan untuk bermain *game online.*

4. Keaslian Alat Ukur atau Metode Pengambilan Data

Dalam penelitian dengan judul *The Relationship Between Online game Addiction and Aggression, Self-Control and Narcissistic personality* (2007) penulis menggunakan metode pengambilan data dengan menggunakan skala *Youngs Internet Addiction scale* yang di dalamnya juga sudah terdapat skala kontrol diri dan skala *narcissistic personality*

*disorder***.** Dan pada penelitian yang dilakukan oleh Cassandra Pentzien dengan judul *The Role Of Cognitive Depletion From Playing Video Game in Promoting Aggresion* menggunakan metode dengan skala yang di buat oleh *Buss-Perry Trait Aggression Questionnaire* (1992). Pada penelitian dengan judul Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Di Yogyakarta, peneliti ini menggunakan Alat ukur yang di susun menggunakan aspek dari Goleman (2001) dan intensitas bermain menggunakan aspek dari Del Barrio (2004)**.** Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur yang telah di modifikasi dari alat ukur yang di adaptasi dari teori Jenna Jo Berry Highfield (2012).

5. Keaslian Responden Penelitian

Penelitian tentang *The Relationship Between Online game Addiction and Aggression, Self-Control and Narcissistic personality traits* yang dilakukan Eun Joo Kim, Kee Namkoong, Yaeyun Ku, dan Se Joo Kim (2007), dalam penelitian ini mereka mengambil subjek acak yang bermain *game* WarCraft selama bulan Juni. Lalu penelitian Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Di Yogyakarta oleh Dhea Rachmadani Tania (2012), dalam penelitian ini peneliti mengambil responden dari pelajar SMA di Jogjakarta dan mahasiswa semester awal yang juga kuliah di wilayah Jogja dan sering datang ke warnet untuk bermain *game online*. Selanjutnya penelitian dengan judul *The Role Of Cognitive Depletion From Playing Video Game*

in Promoting Aggresion yang di lakukan oleh Pentzien (2012), peneliti mengambil responden dari 60 laki-laki dan 107 perempuan dengan kisaran umur 18-27 tahun yang bermain *game* playstation 3. Sedangkan dalam penlitian ini responden yang akan di teliti adalah siswa siswi sekolah dasar antara kelas 4 dan 5 dengan kisaran umur dari 9 sampai 12, yang bertepatan di SD N 4 Kranji, Purwokerto Kabupaten Banyumas, Jawa tengah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Menurut Chaplin (2005) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangi implus-implus atau tingkah laku implusif. Kontrol diri ini menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil suatu keputusan. Kontrol diri adalah individu-individu sebagai pengaturan proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang. Individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhan sehingga agar tidak mengganggu dan melanggar kenyamanan dan keselamatan orang lain, individu harus mengontrol perilakunya sehingga masyarakat menghargai kemampuannya, kebaikan yang dimiliki individu sehingga dapat diterima masyarakat lainnya (Calhoun & Acocella, dalam Utami & Sumaryono, 2008).

Averil (Jannah & Rahayu,2007) mengatakan bahwa kontrol diri menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitifnya untuk menyatakan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti apa yang dikehendaki. Hal ini berarti kontrol diri untuk memahami keseluruhan pengungkapan diri baik yang positif maupun yang negatif sehingga individu menyadari apa yang dapat membangkitkan ekspresi-ekspresi positif maupun negatif di dalam dirinya. Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam

kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi pada lingkungan maupun pada diri sendiri.

Baumeister (2002) menyatakan bahwa kontrol diri adalah suatu kapasitas untuk memberikan alternatif kondisi dan respon tertentu. Kontrol diri merupakan pola respon yang baru dimulai untuk menggantikan sesuatu dengan yang lain misalnya respon yang berkaitan dengan mengalihkan perhatian dari sesuatu yang diinginkan, mengubah emosi, menahan dorongan tertentu dengan memperbaiki kinerja.

Self-control di definisikan sebagai kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika di hadapkan dengan godaan-godaan (keadaan dimana remaja mampu berkata iya tetapi ia menahan diri sehingga mengatakan tidak) (Baumeister, Forster, & Vohs, 2012). *Self-control* mempengaruhi banyak aspek kehidupan, diantaranya adalah kesehatan dan penggunaan teknologi. Dari segi kesehatan, Baumeister dan Exline (2000) mengatakan bahwa individu akan gagal melakukan diet ketika *self-control* mereka rendah. Mereka cenderung mengkonsumsi makanan ringan ketika mereka sedang melakukan *browsing*. Diet memerlukan komitmen. Ketika individu tidak menyampingkan keinginan *impulsive*-nya (memberikan respon kepada stimulus tanpa pemikiran yang matang) untuk makan makanan yang menggemukkan maka mereka gagal mengendalikan *self-control*-nya.

Individu dapat mengendalikan keinginan *impulsive*-nya dengan menolak godaan dan menahan diri dari tindakan yang tidak diinginankan seperti dorongan untuk makan dan minum yang berlebihan, dan menggunakan narkoba (Baumeister dan Exline, 2000). Untuk tujuan jangka panjang, *self-control* memberikan kontribusi yang lebih baik kepada kesehatan dengan melakukan pola hidup sehat tanpa merokok. Sebaliknya, *self-control* yang rendah hanya akan memberikan kesenangan sesaat (Fujita, 2006) dan efek negatif terhadap kesehatan untuk jangka panjang (Hollander, 2012).

Di lihat dari penggunaan teknologi, *self-control* juga mempunyai peran yang cukup penting seperti mampu menahan diri untuk tidak membuka *youtube* ketika sedang mencari bahan untuk menyelesaikan pendidikan di internet, bersosialisisasi melalui media sosial dan banyak hal. Walaupun banyak sisi positifnya, ada juga sisi negatif yang ditimbulkan penggunaan teknologi yang berlebihan seperti studi yang dilakukan Young, Pismer, dan O'Mara (2000) dimana salah satu individu yang berlebihan dalam menjalin hubungan di media sosial dapat menimbulkan masalah dalam perkawinan.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan, mengatur serta mengarahkan perilaku yang akan dilakukan, emosi maupun dorongan-dorongan dari dalam diri individu untuk melakukan sesuatu yang berguna baik untuk diri sendiri maupun orang lain di lingkungan sekitar.

2. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Pada anak usia dini, anak-anak membiasakan diri dengan bagaimana orang menanggapi atau bereaksi terhadap perilaku emosi mereka, dan bagai mana emosi orang lain mempengaruhi mereka, serta pengaruh genetik dan biologis (Posner & Rothbart,2000; Posner dan rekan,2007 : Rueda dan rekan, 2005:, Roff & Lewis, 2006). Pengendalian diri mempengaruhi setiap orang secara berbeda dan berkaitan dengan banyak aspek psikososial serta aspek lingkungan perilaku. Pengendalian diri itu termasuk memperhatikan, memodifikasi, dan mengevakuasi perilaku seseorang (DuckWorth & Kern, 2011 ; DuckWorth & Sligman, 2005, 2006;. Tasukayama dan rekan, 2011)

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) mengusulkan bahwa *self-control* terdiri atas lima aspek berikut ini:

1. *Self-discipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.
2. *Deliberate/nonimpulsive,* yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong

nonimpulsive mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.

3. *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kontrol menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) memiliki 3 aspek yaitu *Self-discipline, Deliberate/nonimpulsiv, Healthy habits.*

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdari faktor internal (dari diri individu) dan faktor external (lingkungan individu).

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambahnya usia seseorang, makan semakin baik perkembangan imajinasi, pengertian, kemampuan mengingat dan mengantisipasi yang dapat mempengaruhi terjadinya reaksi-reaksi emosional sehingga kemampuan mengontrol diri seseorang itu semakin baik (Hurlok, 1973)

b. Faktor External

Faktor external ini diantaranya adalah lingkungan keluarga (Hurlock,1973). Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas, faktor-faktor yang membentuk dan menentukan kontrol diri menurut hurlock(1973) yaitu terdiri dari faktor internal dan faktor external

B. Waktu Penggunaan *Gadget*

1. Definisi Waktu Penggunaan *Gadget*

Dalam studinya LaRose & Eastin (2004) menyatakan bahwa tinggi waktu yang dihabiskan untuk *online* di jelaskan lebih dari 2 jam/hari, dan rata rata penggunaan internet tidak mencapai waktu 5 jam/hari. Jadi bisa di simpulkan bahwa anak dikatakan terlalu berlebihan dalam menggunakan *gadget* untuk bermain *game online* yaitu jika anak tersebut bermain lebih dari 2 jam/hari.

C. Hubungan Antara Waktu Penggunaan *Gadget* dengan Kontrol Diri pada Anak yang Bermain *Game Online*

Hal yang dapat mempengaruhi penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak di duga salah satunya adalah seringnya waktu yang di gunakan anak menggunakan gadget untuk bermain game online yang akhirnya anak tidak dapat mengontrol diri untuk berhenti bermain gadget, dan itu bisa di sebut bahwa kontrol diri anak itu redah, hal itu sesuai dengan hipotesis yang di kemukaan oleh Barry Highfield (2012), dia mengemukakan bahwa jika penggunaan internet semakin tinggi maka kontrol

dirinya akan rendah. Hal ini mempengaruhi penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak karena kurangnya penguasaan diri terhadap penggunaan *gadget*, anak yang sering menggunakan gadget untuk bermain game online akan susah untuk berhenti, apa lagi jika yang sering di mainkan adalah *game* yang mengasikan atau konten yang menarik anak akan semakin sulit untuk menghentikan menggunakan *gadget* untuk bermain *game online*.

Penelitian yang dilakukan oleh penelitian Pitaloka (2013) dan Masya (2016) menunjukkan terdapat hubungan negatif jika anak terlalu sering menggunakan *gadget* untuk bermain *video game*, kontrol diri anak tersebut bisa di katakan rendah. Selanjutnya Pitaloka(2013) menyatakan bahwa jika anak terlalu sering menggunakan *gadget* akan menjadikan kontrol diri anak tersebut rendah pada kegiatan sehari-harinya yaitu anak akan jarang/malas belajar, anak akan lupa waktu, anak akan boros dalam memanfaatkan uang jajan, anak akan suka berbicara kasar, cenderung melakukan tindakan yang agresif, pergaulan tidak terkontrol, mengganggu kesehatan fisik dan psikologis, serta membuat orangtua cemas. Pernyataan tersebut sesuai dengan salah satu aspek yang di kemukakan oleh Tangney (2004) yaitu *Self-discipline*, yang mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. Jadi jika anak terlalu sering menggunakan gadget untuk bermain game online maka akibatnya tidak dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan *gadget* maka anak tersebut akan susah fokus dalam belajar karena yang

ada dalam pikirannya hanya video game. Sedangkan hasil penelitian Masya (2016) membuktikan bahwa pada kenyataannya prestasi peserta didik cukup rendah dan ini dapat dilihat dari nilai peserta didik yang semakin menurun dikarenakan bermain *game online* yang terlalu sering, hal ini di karenakan anak terlalu sering menggunakan gadget untuk bermain game online bukan untuk belajar, anak tidak dapat menghentikan bermain game online dengan gadget karena game di rasa lebih asik ketimbang belajar. Penelitian Pitaloka (2013) juga sesuai dengan aspek yang di kemukakan Tangney (2004) *Deliberate/nonimpulsive,* yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *nonimpulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak, jika anak telalu sering waktunya di gunakan untuk bermain game online maka dia lebih memilih bermain karena lebih mengasikan dari pada belajar, padahal itu sangat penting untuk menunjang prestasi di sekolah. Pitaloka (2013) menyatakan dampak negatifnya anak terlalu sering menggunakan *gadget* yaitu mereka suka berbicara kasar, agresif, pergaulan tidak terkontrol. Hal itu terjadi jika frekuensi waktu penggunaan *gadget* tinggi untuk bermain *game online* yang mengandung unsur kekerasan, hal itu bisa menjadi sebab anak akan sering melihat adegan kekerasan yang ada di dalam game, anak akan meniru adegan kekerasan yang sering dia lihat di dalam game online, dan anak tidak dapat mengontrol perilaku agresif itu ketika sedang emosi, dapat menimbulkan tindak kekerasan, seperti berkata kasar dan bertindak agresif serta pergaulan yang tidak terkontrol. Hal itu juga di

dukung dengan penelitan oleh Siregar dan Muljono (2017) yang menyatakan semakin tinggi tingkat perilaku bermain *video game* berunsur kekerasan maka semakin tinggi juga tingkat perilaku agresi remaja. Dan pernyataan Pitaloka (2013) yaitu mengenai kesehatan bahwa dampak negatifnya dari terlalu sering menggunakan *gadget* yaitu dapat mengganggu kesehatan fisik dan psikologis, hal itu berkaitan dengan aspek yang di kemukaan Tangney (2004) yaitu *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu, jika anak waktunya terlalu sering digunakan untuk bermain *video game* dapat menyebabkan kesehatan anak tersebut terganggu, karena kurang makan menyebabkan mag, mata rusak akibat radiasi layar gadget, kurang bergerak yang mengakibatkan nyeri pada persendian dan kurang tidur yang dapat mengganggu kegiatan belajar di sekolah karena merasa mengantuk, hal ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Idayati (2011) yaitu bahwa ponsel yang kita gunakan sehari-hari ternyata memiliki radiasi yang cukup mematikan dalam jangka panjang jika kita tidak berhati-hati dalam menggunakannya pengaruh radiasi radio yang dipancarkan dari ponsel teranyata berpengaruh terhadap kesehatan terutama pada sistem reproduksi. Dan dalam penelitian Anonimb (2009) menyebutkan Bahwa beberapa pengaruh yang dapat mengganggu kesehatan akibat yang ditimbulkan oleh radiasi dari ponsel yaitu dapat menyebabkan otak dan kulit memanas, lalu resiko terkena kanker, kerusakan sistem pertahanan tubuh dan *DNA*, kecacatan pada bayi, peningkatan tekanan darah, Penyakit *Alzheimer's*, *Multiple sclerosis* dan *Pakinson',* Jantung dan batu ginjal, sakit kepala, pusing-pusing, dan kehilangan konsentrasi. Berdasarkan penjelasan

tersebut, dapat disimpulkan bahwa terlalu berlebihan dalam menggunakan *gadget* dapat berpengaruh kepada kontrol diri seorang anak dan itu bisa mempengaruhi *Self-discipline*, *Deliberate/nonimpulsive,* dan *Healthy habits,* ketiga aspek tersebut sesuai dengan yang di kemukakan Tangney, J.P., Baumiester, R.F., & Boone, A. L. (2004).

Tangney, J.P., Baumiester, R.F., & Boone, A. L. (2004) menjelaskan *Self-discipline* yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas, jika anak kontrol dirinya rendah dalam melakukan tugas akibat terpengaruh dengan penggunaan *gadget*, prestasi belajar anak dapat berkurang, dan akan tertinggal mata pelajaran.

Salah satu aspek kontrol diri yaitu *Deliberate/nonimpulsive* merupakan kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *nonimpulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak. Hal ini berhubungan ketika anak tidak dapat mengontrol penggunaan *gadget* yang berlebihan, dan anak menggunakan *gadget*nya untuk bermain permainan *game online* yang terdapat unsur kekerasan, hal tersebut dapat mempengaruhi pola pikirnya, anak dapat meniru adegan kekerasan yang dia lihat di *video game* ketika sedang emosi dan dapat menimbulkan perilaku agresifitas (Tangney, 2004).

Aspek terakhir terakhir adalah *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu, jika penggunaan

gadget terlalu sering dapat mempengaruhi kondisi kesehatan anak, jika mata anak sering terpapar radiasi cahaya dari layar *gadget*, hal tersebut bisa mengakibatkan kerusakan mata pada anak (Tangney, 2004).

Anak di nyatakan terlalu berlebihan dalam bermain *gadget* jika anak tersebut menggunakan *gadget* 2 jam lebih dalam sehari, hal ini di kemukakan oleh LaRose & Eastin (2004). LaRose & Eastin (2004) menyatakan bahwa tinggi waktu yang dihabiskan untuk *online* di jelaskan lebih dari 2 jam/hari, jadi jika anak menggunakan *gadget* untuk bermain *game online* sudah lebih dari 2 jam/hari berarti anak tersebut sudah berlebihan dalam bermain *gadget*.

Berdasarkan penjelasan tersebut, frekuensi penggunaan *gadget* dapat mempengaruhi kontrol diri anak dalam aspek kehidupannya meliputi kedisiplinan anak, ketelitian anak dan kesehatan anak. Anak yang memiliki kontrol diri yang bagus dalam menggunakan *gadget* untuk bermain *game online* memiliki kedisplinan yang bagus, ketelitian dalam melakukan tugas sekolah, dan kondisi kesehatan yang terjaga.

D. Hipotesis Penelitian

Ada hubungan negatif antara waktu penggunaan *gadget* dengan kontrol diri pada anak dalam bermain *game online*, waktu penggunaan gadget untuk bermain game online tinggi mengakibatkan kontrol diri rendah dikarenakan anak yang keseringan menggunakan *gadget* untuk bermain *video game* terutama *game Online*, hal tersebut dapat mengganggu kedisiplinan di sekolah, mengganggu dia dalam

bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, dan juga dapat mengganggu kesehatan badan anak.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian

Untuk menjawab tujuan penelitian dan hipotesis yang diajukan, maka penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian korelasional dengan melibatkan variabel penelitian sebagai berikut:

1. Variabel Dependen : Kontrol diri
2. Variabel Independen : Waktu Penggunaan *Gadget*

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kontrol Diri

Secara oprasional kontrol diri adalah individu-individu sebagai pengaturan proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang. Individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhan sehingga agar tidak mengganggu dan melanggar kenyamanan dan keselamatan orang lain, individu harus mengontrol perilakunya sehingga masyarakat menghargai kemampuannya, kebaikan yang dimiliki individu sehingga dapat diterima masyarakat lainnya (Calhoun & Acocella, dalam Utami & Sumaryono, 2008). Dan Baumeister (2002) menyatakan bahwa kontrol diri adalah suatu kapasitas untuk memberikan alternatif kondisi dan respon tertentu. Kontrol diri merupakan pola respon yang baru dimulai untuk menggantikan sesuatu

dengan yang lain misalnya respon yang berkaitan dengan mengalihkan perhatian dari sesuatu yang diinginkan, mengubah emosi, menahan dorongan tertentu dengan memperbaiki kinerja.

Pengendalian diri mempengaruhi setiap orang secara berbeda dan berkaitan dengan banyak aspek psikososial serta aspek lingkungan perilaku. Pengendalian diri itu termasuk memperhatikan, memodifikasi, dan mengevakuasi perilaku seseorang (DuckWorth & Kern, 2011 ; DuckWorth & Sligman, 2005, 2006;. Tasukayama dan rekan, 2011).

Namun dalan penelitian ini peneliti menggunakan Brief Self-Control Scale (BSCS) (Highfield, 2014). Skala yang di gunakan pada penlitian di lakukan oleh Highfield ini memiliki reliabilitas sebesar 0,87, memakai 14 item yang di ambil dari skala asli ISCS dengan 36 item, skala ini di gunakan untuk mengukur kemampuan seorang anak untuk mengendalikan pikiran, implus, penampilan dan kebiasaan (Tangney 2004). Jika semakin tinggi waktu penggunaan *gadget* maka kontrol diri anak itu semakin rendah.

2. Waktu Penggunaan *Gadget*

Secara operasional, waktu penggunaan *gadget* adalah skor pada frekuensi waktu penggunaan *gadget*. Dalam studinya LaRose & Eastin (2004) menyatakan bahwa tinggi waktu yang dihabiskan untuk *online* di jelaskan lebih dari 2 jam/hari, dan rata rata penggunaan internet tidak mencapai waktu 5 jam/hari.

Frekuensi waktu penggunaan *gadget* ini mengungkapkan berapa lama waktu penggunaan *gadget* tersebut oleh anak. Semakin tinggi atau semakin sering seorang anak menggunakan *gadget* maka waktu penggunaan *gadget* semakin banyak, atau sebaliknya

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini yaitu anak laki-laki mau pun anak perempuan yang bersekolah di SD N 4 Kranji, berletak di Kota Purwokerto kab. Banyumas Jawa tengah, responden adalah siwa siswi kelas 4 dan 5 dengan berumur 9, 10, 11, 12 tahun.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala. Skala merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengungkap kontruk psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2009). Skala berwujud pernyataan-pernyataan yang harus di isi oleh subjek penelitian. Berdasarkan pendapat Azwar (2009) bahwa data yang diungkap oleh skala psikologi berupa pernyataan atau pertanyaan yang tidak langsung sebagai stimulus yang tertuju pada indikator prilaku guna memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan diri subjek yang biasanya tidak disadari oleh responden yang bersangkutan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yakni skala ISCS dan BSCS berikut penentuan

dan penyusunan masing masing skala sesuai dengan aspek-aspek yang telah di kemukakan sebelumnya:

1. Skala Kontrol Diri

Pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang mendukung subjek yang diukur, sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan tidak mendukung objek penelitian (Azwar 2009). Adapun penjelasan mengenai aitem ini dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 1
Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri

Aspek	Nomor Pertanyaan (*favourable*)	Nomor Pertanyaan (*Unfavorable*)	Jumlah
1. *Self-discipline*	1, 8, 12	2, 3, 7, 13	7
2. *Deliberate/nonimpulsive*	6, 14	4, 5, 9, 10, 11	7
3. *Healthy habits*	0	0	0
Jumlah			**14**

Skala kontrol diri ini menggunakan model skala likert, di mana terdapat empat alternatif jawaban dengan meniadakan alternatif jawaban di tengah meminimalkan kecenderungan subjek menjawab secara netral. Adapun alternatif jawaban yakni terdiri dari Selalu (S), Sering (SR), Jarang (J) dan Tidak pernah (TP). Tujaun menggunakan skala likert ini adalah agar memudahkan subjek penelitian dengan dapat memilih beberapa alternatif jawaban sehingga tidak

memunculkan keragu-raguan, hal tersebut dilakukan supaya tidak mengurangi informasi yang muncul dari jawaban subjek penelitian.

Skor item pada aitem favorable yaitu bergerak dari angka 4 ke 1. Adapun aitem-aitem tersebut antara lain : Selalu (S) = 4, Sering (SR) = 3, Jarang (J) = 2, Tidak Pernah (TP) = 1. Sedangkan pada aitem unfavorable yaitu bergerak dari angka 1 ke 4. Adapun untuk jawaban Selalu (S) = 1, Sering (SR) = 2, Jarang (J) = 3, Tidak Pernah (TP) = 4.

2. Skala Waktu Penggunaan *Gadget*.

Skala ini adalah sekala yang digunakan untuk mengukur seberapa lama seorang anak menggunakan *gadget* mereka dengan mengukur frekuensi waktu. Pertanyaan pada skala ini berisikan pertanyaan "Berapa lama dalam sehari kamu menggunakan *game online*?"

Tabel 2
Skala Waktu Penggunaan Gadget

Waktu	**beri tanda √ pada kolom**
Kurang dari 2 jam	
2 jam	
3 jam	
4 jam	
5 jam	

Lebih dari 5 jam

Dari tabel di atas dapat di tentukan seberapa lama subjek dalam bermain game sesuai dengan pilihan subjek itu sendiri

E. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas dan reliabilitas menjadi karakter utama yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur tersebut dapat dipercaya, tepat dan cermat. Menurut azwar (2008) reliabilitas sebenarnya mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasul yang mengandung makna kecermatan pengakuan, Azwar (2008) mengatakan bahwa validitas alat ukur banyak didasarkan pada relevansi isi pertanyaan yang di susun berdasarkan rancangan yang tepat. Jadi tingginya suatu reliabilitas dan validitas alat ukur sangat bergantung pada hasil ukur tepat dan dapat dipercaya.

Untuk uji skala *Brief* kontrol diri *scale*, penulis menggunakan skala yang dibuat oleh Highfield, 2012, dengan keaslian reliabilitas sebesar 0,87. Pertama peneliti melakukan terjemahan bahasa dengan di dampingi oleh ahli, karena alat ukur tersebut menggunakan bahasa Inggris, setelah itu membuat *blue print* skala *Brief* kontrol diri *scale*. Kemudian, dilakukan uji validitas isi melalui *professional judgment* untuk memastika aitem-aitem sesuai dengan tujuan pengukuran. Sebelum alat ukur digunakan, penulis juga melakukan *tryout* untuk mengevaluasi apakah

responden dengan umur 9, 10, 11, 12 dapat paham dengan bahasa yang sebelumnya di terjemahkan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia, sekaligus untuk melakukan penilaian terhadap format penampilan (*appearance*) skala.

Dalam perancangan skala frekuensi waktu penggunaan *gadget*, penulis menggunakan skala yang dibuat sendiri. Hal pertama yang dilakukan adalah membuat *blue print* skala frekuensi waktu penggunaan *gadget*. Tidak di perlukannya percobaan pada skala ini karena ini hanya untuk mengetahui seberapa lama waktu yang responden gunakan dalam bermain *gadget*, dan hanya perlu di isi saat pengambilan data berlangsung. Kemudian dilakukan uji reliabilitas pada data yang sudah terkumpul dimaksudkan untuk mengukur tingkat keajegan alat ukur yang pada dasarnya menunjukkan sejauh mana suatu pengukuran dapat memberi hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran ulang pada responden yang sama (Azwar, 2006). Reliabilitas diukur menggunakan koefisien Cronbach Alpha yang nilainya bergerak dari 0 sampai 1, yang mana semakin mendekati 1 maka reliabilitasnya semakin tinggi dan sebaliknya semakin mendekati angka 0 maka reliabilitas semakin rendah.

F. Metode Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah SPSS. Penggunaan analisis ini untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara waktu penggunaan *gadget* dengan kontrol diri diri pada anak yang bermain *game online*, serta menguji signifikasinya. Teknik analisis yang digunakan adalah statistik non

parametrik uji korelasional dari Spearman yang dibantu dengan SPSS 16.0 for *windows*.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancah dan Persiapan

1. Orientasi Kancah

Semakin berkembangnya zaman banyak sarana permainan moderen yang bermunculan, mulai dari jenis alat PC *game*, *mobile game*, dan *console game*, dan semua itu termasuk dari alat untuk menjalankan fiture yang bermana *video Game*, atau permainan dengan visual elektronik. Dan saat ini sedang populer permainan *video game* yang dimainkan dengan menggunakan konksi Internet, hal ini supaya para pemainnya dapat berkompetisi dengan pemain lainnya di seluruh dunia, para pemain dapat bermain menggunakan koneksi dari Wifi atau menggunakan paket data quota internet yang dimiliki. Dalam PC *game* kebanyakan mereka yang tidak memiliki komputer di rumah, lebih memilih bermain di warnet atau warung internet, dengan bekal uang Rp 50.000 mereka bisa bermain lima jam atau bahkan lebih. Permainan *mobile game* di mainkan dengan menggunakan quota internet di miliki, permainian ini memerlukan handphone yang memiliki kapasitas ram besar dengan memori internat atau external yang juga harus besar supaya gambar yang di hasilkan bagus dan tidak menghambat jalannya permainan. *Console game* atau memiliki sebutan lain Playstation, di Indonesia sangat jarang orang yang memiliki alat *game* tersebut, karena selain harganya mahal, alat yang di butuhkannya pun cukup banyak, satu paket *console game* yang meliputi main *console* (stick PS, Joy Stick, memori

card) juga memerlukan HD TV supaya gambar yang di hasilkan bagus dan juga koneksi internet yang lancar.

Berdasarkan pengamatan peneliti, para *Gamer* kebanyakan adalah kalangan muda dari anak SD, SMP, SMA, hingga kuliah, terlebih lagi saat ini banyak orang tua yang memiliki anak masih duduk di bangku SD namun sudah di bekali Handphone, dengan bertujuan supaya dapat memudahkan dalam berkomunikasi, namun seringkali di salah gunakan oleh anak yaitu di Instalnya beberapa permainan yang membutuhkan quota internet ketika menjalankan permainan tersebut, sehingga quota internet cepat habis, dan akhirnya banyak orang tua yang memutuskan memasang wifi di rumah, supaya anaknya dapat bermain di rumah dan tidak keluar rumah. Permainan yang di mainkannya pun berfariasi mulai dari *game* perang, *game* mengelola perkebunan, *game* balapan, dan lainnya, karena saking banyaknya permainan hal ini yang membuat anak enggan lepas dari Handphone yang orangtua berikan, begitu juga ketika anak diberikan PC *game*, dan *console game* yang di sambungkan dengan koneksi internet, anak menjadi betah di rumah namun anak menjadi tidak tau dunia luar, dan teman teman yang di miliki sangat sedikit, hal ini terjadi di kota kota besar.

Pengambilan data akan di laksanakan di SD N 4 Kranji, namun belum diketahui apakah di SD N 4 Kranji siswa siswinya terlalu sering menggunakan gadget dan akhirnya kecanduan game online atau tidak, tapi karena sekolahan yang akan menjadi tempat untuk pengambilan data terdapat di pusat kota, hal itu yang membuat peneliti sangat tertarik untuk mengambil data di Sekolah dasar SD N 4 Kranji, yang

berletak di Kota Purwokerto kab. Banyumas Jawa tengah, untuk mencari tahu apakah di sekolahan tersebut siswa siswinya kecanduan game online atau tidak, dan dalam penelitian ini tidak di spesifikasikan jenis game yang di mainkan oleh anak anak, entah itu game adventure, perang atau balapan, yang pasti dalam penelitian ini meneliti permainan yang di mainkan secara online, peneliti memilih responden siwa kelas 4 dan 5 atau anak yang berumur 9, 10, 11, 12. Karena peneliti berasumsi bahwa pada usia itu anak seharunya bermain yang membutuhkan gerakan fisik tidak hanya duduk dirumah bermain *video game*.

2. Persiapan Penelitian

Berikut ini adalah penjelasan tentang persiapan-persiapan yang telah dilakukan peneliti sebelum melaksanakan pengambilan data.

a. Persiapan Administrasi

Perizinan untuk penelitian ini dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Perizianan yang telah didapatkan dipergunakan oleh peneliti sebagai syarat untuk melakukan pengambilan data penelitian. Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti melakukan pengamatan kepada siswa SD yang sering bermain *Game online* di beberapa tempat umum ketika melihat seorang anak memegang handphone, dan di beberapa warnet di kota Purwokerto. Peneliti melakukan uji coba alat ukur milik Jenna Jo Berry Highfield (2008) yang di adaptasikan supaya sesuai dengan kondisi siswa SD di Indonesia. Pelaksanaan

uji coba di lakukan pada tanggal 20 April 2017 dan pelaksanaan pengambilan data di lakukan pada tanggal 9 Mei 2017.

b. Persiapan Alat Ukur

Persiapan alat ukur di sini adalah penyusunan alat ukur dari penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dalam pengambilan data. Skala yang di gunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini berupa skala ISCS (*Internet Self Control Scale*) dan BSCS (*Brief self Control Scale*). Skala kontrol diri terhadap internet (ISCS)ini di gunakan untuk mengukur tingkat kontrol seorang anak dalam menggunakan internet. Skala ini di adaptasi dari penelitian Berry Highfield, J. J. & Reynolds, W. M. (2008), dan semua pernyataan yang terdapat di dalam soal adalah Aspek dari alat ukur ini, Skala Kontrol diri terhadap internet ini memiliki 10 soal yang semuanya adalah *Favourable*. Skala Perilaku Kontrol Diri (BSCS) pada penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kontrol diri pada anak. Sekala kontrol diri untuk penelitian ini menggunakan adaptasi dari teori milik Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L. (2004) yang di dasari dari 5 aspek yaitu; Kedisiplinan diri, tindakan tidak implusif, pola hidup sehat, etika kerja, reliabilitas. Sekala ini terdiri dari 14 item, dengan 9 item *favourable* dan 5 item *Unfavorable.*

c. Uji coba

Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti melakukan uji coba pre eliminer dan profesional judjemen terlebih dahulu untuk melihat apakah

skala ini dapat di terapkan di Indonesia karena ini di adaptasi dari luar negri. Hal ini penting dilakukan untuk melihat kelayakan skala ini. Dan alat ukur ini tidak di lakukan try out karena reliabilitasnya sudah tinggi yaitu 0,77. Kedua alat ukur ini di uji coba di sebuah tempat bimbingan belajar di wilayah Purwokerto pada tanggal 20 April 2017 yang melibatkan 10 anak kelas 6 SD. Setiap responden di minta untuk mengisi satu eksemplar alat ukur yang mana isi dari satu eksemplar tersebut terdiri dari 2 alat ukur yaitu skala ISCS (*internet self control scale*) dan BSCS (*brief self control scale*).

d. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Dari data yang di peroleh, karena alat ukur yang original menggunakan bahasa inggris dan harus di translate ke bahasa Indonesia, rata-rata dari 10 siswa kelas 6 SD yang menjadi subjek uji coba alat ukur tersebut paham dengan aitem-aitem atau pernyataan yang terdapat pada buklet quisoner yang sudah di alih bahasa menjadi bahasa Indonesia. Dari ke dua skala yaitu ISCS dan BSCS tidak ada satu item yang gugur.

e. Hasil Uji Validitas Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Skala ISCS (*Internet Self Control Scale*)

Berdasarkan analisis yang dilakukan pada 10 item yang semua *favourable,* didapatkan hasil 10 aitem yang tidak gugur. Analisis di lakukan pada 154 responden. Skala keterlibatan ayah memiliki reliabilitas *cronbach alpha* (a) sebesar 0,866. Sedangkan indeks beda aitemnya bergerak dari 0,200-0,753. Maka dapat dikatakan bahwa

skala ISCS reliabel, mengacu pada Azwa (2012) yang menyatakan bahwa skala pada penelitian dinyatakan reliabel apabila skala tersebut meiliki skor Cronbach Alpha berada pada level di atas atau sama dengan 0,8 ($\alpha \geq 0,8$).

2. Skala BSCS (*Brief Self Control Scale*)

Berdasarkan analisis yang dilakukan pada 14 aitem yang terbagi jadi 7 *favourabel* dan 7 *unfavourabel ,* didapatkan hasil 14 aitem yang diterima. Analisis dilakukan pada 154 responden. Skala *BSCS* memiliki reliabilitas *cronbach alpha* (α) sebesar 0.750. Sedangkan indeks beda aitemnya bergerak dari 0.121-0.539.

B. laporan pelaksanaan penelitian

Pada penelitian ini, pada dasarnya di sekolahan yang akan di jadikan sebagai tempat pengambilan data belum di ketahui adanya indikasi para siswa siswinya kecanduan video game online atau tidak, namun karena Sekolahan ini berada di tengah kota, peneliti tertarik untuk mengambil data di sana. Pada saat hari pengambilan data peneliti terjun langsung dan membagikan angket kepada responden. Pelaksanaan pengambilan data dilaksanakan dalam waktu satu hari, yaitu pada tanggal 9 Mei 2017 pukul 08.00. Penelitian dilakukan di SD Negri Kranji, Purwokerto Barat, Kabupaten Banyumas, Jawa tengah dengan jumlah 154 responden. Adapun proses pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada

siswa kelas 4 dan 5, peneliti membagikan kuesioner dengan mendatangi satu persatu kelas, lalu membagikan kepada anak yang bermain video game online. Kuesioner di isi secara langsung oleh responden pada saat itu dan di kembalikan pada peneliti pada hari itu juga setelah kuesioner telah terisi oleh responden.\

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti membagi skala kepada 154 responden siswa SD kelas 4 dan 5, rincian deskripsi responden penelitian dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini:

Tabel 3
Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase (%)
Laki-laki	72	46,8%
Perempuan	82	53,2%
	Total	100%

Pada penelitian ini jumlah siswa laki-laki berjumlah 72 siswa dan perempuan berjumlah 82 siswi, dengan total jumlah seluruh siswanya adalah 154 pelajar

Tabel 4
Distribusi responden berdasarkan usia

Usia	N	Persentase (%)
9	12	7,8%

10	53	34,4%
11	82	53,2%
12	7	4,5%
	Total	100%

Dalam penelitian ini terdapat 4 kategori usia, yaitu dari 9, 10, 11, 12, yang masing masing memiliki jumlah siswa sebagai berikut ; usia 9 tahun dengan jumlah 12 siswa, 10 tahun dengan jumlah 53 siswa, 11 tahun dengan jumlah 82 siswa, dan 12 tahun dengan jumlah 12 siswa

Tabel 5
Distribusi responden berdasarkan kelas

Kelas	**N**	**Persentase (%)**
4	58	37,7%
5	96	62,3%
	Total	100%

Jumlah seluruh responden di penelitian ini 154 yang di bagi menjadi dua kelompok yaitu kelas 4 dan 5, masing masing berjumlah kelas 4 dengan 58 siswa dan kelas 5 dengan 96 siswa

Tabel 6
Distribusi responden berdasarkan Frekuensi bermain game

Waktu	**N**	**Persentase (%)**
Kurang dari dua jam	87	56,5%

2 jam	35	22,7%
3 jam	12	7,8%
4 jam	10	6,5%
5 jam	3	1,9%
Lebih dari 5 jam	7	4,5%
	Total	100%

Terdapat 6 kategori untuk membedakan berapa sering subjek menggunakan gadget untuk bermain video game, dari kategori tersebut terdapat jumlah masing masing subjek yaitu yang pertama dengan jumlah 87 subjek menggunakan gadget selama kurang dari dua jam, 35 subjek menggunakan gadget selama 2 jam, 12 subjek menggunakan gadget selama 3 jam, 10 subjek menggunakan gadget selama 4 jam, 3 subjek menggunakan gadget selama 5 jam, dan 7 subjek menggunakan gadget lebih dari 5 jam.

Tabel 7
Distribusi responden berdasarkan jenis alat

Alat	**N**	**Persentase (%)**
Hand Phone	119	77,3%
Laptop	28	18,2%
Xbox *Live*	1	0,6%
PS4 *Online*	6	3,9%
	Total	100%

Kategorisasi berikutnya mengenai gadget yang di gunakan untuk bermain game online, karena untuk bermain game online memiliki banyak alat, dari 154

subjek terdapat 119 subjek yang menggunakan Handphone, 28 subjek menggunakan laptop, 1 anak yang menggunakan Xbox Live, dan 6 anak yang menggunakan PS4 Online.

1. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh peneliti, maka diperoleh norma yang dapat menjadi acuan untuk menetukan kategori yang dapat digunakan untuk mengelompokkan responden penelitian ke dalam beberapa kategorisasi. Pengelompokan ini dilakukan untuk mengetahui freksuensi bermain *game online* anak dilihat dari kontrol diri anak pada *game online* dan kontrol diri anak

Tabel 8
Normal Presentil untuk Kategorisasi

Persentil	*ISCS*	BSCS
20	22,00	36,00
40	28,00	40,00
60	31,00	42,00
80	33,00	46,00

Tabel 9
Norma Kategorisasi Menurut Skor Presentil

Ketegorisasi	*ISCS*	BSCS
Sangat Rendah	X<22,00	X<36,00
Rendah	22,00≤X<28,00	36,00≤X40,00

Sedang	28,00≤X<31,00	40,00≤X<42,00
Tinggi	31,00≤X<33,00	42,00≤X46,00
Sangat Tinggi	X≥33,00	X≥46,00

Berdasarkan norma kategorisasi tersebut, maka responden dikelompokkan menjadi lima kategori pada masing-masing variabel seperti berikut:

Tabel 10
Norma Hasil Kategorisasi Menurut Skor Presentil

Kategorisasi	*ISCS*		BSCS	
	F	%	F	%
Sangat Rendah	31	19,9	33	20,6
Rendah	40	25,8	42	27,2
Sedang	31	20	23	14,2
Tinggi	24	15,6	33	21,4
Sangat Tinggi	28	18,2	23	14,7

Tabel menunjukkan bahwa presentase *ISCS* dan BSCS terbesar berada pada kategori rendah.

2. Uji Asumsi

Peneliti melakukan uji asumsi sebagai prasyarat untuk dapat melakukan uji hipotesis dalam penelitian ini. Uji asumsi dalam penelitian meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data dalam penelitian terdistribusi secara normal atau tidak. Peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan tes dari SPSS *for Windows*. Uji normalitas ini menggunakan kaidah penelitian untuk mengetahui normalnya sebaran data dengan p>0,05. Data penelitian dapat dikatakan normal apabila memiliki nilai p>0,05. Hasil uji normalitas ditunjukkan sebagai berikut:

Tabel 11
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov (Statistic)	P	Keterangan
Frekuensi	0,310	0,000	Tidak Normal
BSCS	0,058	0,200	Normal

Hasil uji normalitas ini ada variabel yang di nyatakan tidak normal oleh karena itu sebaran data pada penelitian ini tidak normal

b. Uji Linieritas

Pada penelitian ini, uji liniearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang linier antara dua variabel. Hubungan kedua variabel dalam suatu penelitian dikatakan linier apabila skor *linearity* menunjukkan p<0,05. Peneliti menggunakan SPSS 16.0 *for Windows*

untuk melakukan uji linieritas ini. Hasil uji linieritas pada kedua variabel dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 12
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F(p)		Keterangan
	Linearity	*Deviation from Linearity*	
Frekuensi* *BSCS*	25,571 (0.000) (p<0.05)	1,760 (0.021) (p<0.05)	Linier

Kedua variabel pada penelitian ini adalah linier

3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji mormalitas dan uji linieritas, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis. Pada uji normalitas yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa kedua variabel memiliki sebaran data yang tidak normal sehingga uji hipotesis dilakukan dengan teknik korelasi *Spearmen's rho*. Berikut adalah hasil uji hipotesis yang dapat dilihat pada tabel:

Tabel 13
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi (r) Spearman's	Koefisien R Squared (Sumbangan)	Taraf Signifikansi (p)
Frekuensi**Brief Self Control Scale*	-0,364	0,130	0,000

Pada penelitian ini nilai korelasinya sangat signifikan

Uji hipotesis menunjukkan nilai sig. 0,000 (p<0,05) dan diketahui besarnya koefisien korelasi antara kedua variabel adalah -0,364. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara Frekuensi dan *Brief Self Control Scale*. Semakin tinggi skor Frekuensi nya maka semakin rendah pula skor *Brief Self Control Scale* nya. Dengan demikian maka hipotesis dalam penelitian ini **diterima** dengan nilai sumbangan pengaruh keduanya sebesar 13,0%

4. Analisis Tambahan

a. Uji Korelasi Tiap Aspek Kontrol Diri

Penelitian ini membutuhkan analisis tambahan untuk mengetahui pengaruh frekuensi menggunakan *gadget* terhadap tiap aspek kontrol diri. Selanjutnya peneliti melakukan uji analisis korelasi pada tiap aspek kontrol diri sebagai berikut:

Tabel 14
Hasil Korelasi Tiap Aspek Kontrol Diri

Variabel		Koefisien Korelasi (r) Spearman's	Koefisien R Squared (Sumbangan)	Taraf Signifikansi (p)
Frekuensi	**Self Dicipline*	-0.296**	0,087	0,000
	*Deliberate/nonimpulsive	-0,335**	0,112	0,000

**. *Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).*

Uji korelasi antara frekuensi dengan aspek *self dicipline* dan *deliberate/nonimpulsive*, keduanya menunjukkan nilai signifikansi

sebesar 0,000 (p<0,01) dan diketahui besarnya koefisien korelasi antara frekuensi dengan *self dicipline* memiliki nilai sebesar -0,296. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara frekuensi dan *self dicipline*. Semakin tinggi frekuensi menggunakan *gadget* maka semakin rendah pula skor *self dicipline*.

Selanjutnya besarnya koefisien korelasi antara frekuensi dengan *deliberate/nonimpulsive* memiliki nilai sebesar -0,335. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara frekuensi dan *deliberate/nonimpulsive*. Semakin tinggi frekuensi menggunakan *gadget* maka semakin rendah pula skor *deliberate/nonimpulsive*. Dengan demikian frekuensi mempengaruhi kedua aspek dalam kontrol diri.

b. Uji Beda

Penelitian ini membutuhkan analisis tambahan untuk mengetahui perbedaan tingkat kontrol diri berdasarkan frekuensi menggunakan *gadget*. Selanjutnya untuk dilakukan uji beda, diperlukan prasyarat uji asumsi sebagai berikut:

1) Uji Asumsi

Tabel 15
Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,726	5	148	,605

Berdasarkan tabel tersebut, nilai signifikansi sebesar 0,212 (>0,05), maka dapat disimpulkan, data homogen atau keseluruhan responden tiap-tiap frekuensi menggunakan *gadget* memiliki varian yang sama.

2) Uji Beda

Uji Beda yang dilakukan menggunakan teknik analisis *one way* ANOVA yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kontrol diri responden yang dikelompokkan berdasarkan frekuensi menggunakan *gadget* yaitu (1) kurang dari dua jam, (2) 2 jam, (3) 3 jam, (4) 4 jam, (5) 5 jam, (6) lebih dari 5 jam. Selanjutnya hasil uji beda dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 16
Uji Beda ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4,758	5	,952	6,334	,000
Within Groups	22,236	148	,150		
Total	26,994	153			

Berdasarkan tabel tersebut, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (<0.05). Maka dapat disimpulkan, terdapat perbedaan yang signifikan antar responden berdasarkan frekuensi menggunakan *gadget.* Selanjutnya untuk melihat kelompok responden mana yang

memiliki skor kontrol diri terendah maka dapat dilihat dari perbedaan rerata skor sebagai berikut:

Tabel 17
Hasil Compare mean

Frekuensi	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error
(1) Kurang dari dua jam	87	3,1814	,41547	,04454
(2) 2 jam	35	2,9878	,32014	,05411
(3) 3 jam	12	2,8690	,30279	,08741
(4) 4 jam	10	2,9571	,36762	,11625
(5) 5 jam	3	3,1005	,45363	,26190
(6) Lebih dari 5 jam	7	2,4388	,46001	,17387
Total	154	3,0649	,42003	,03385

Berdasarkan tabel tersebut, didapatkan nilai skor kontrol diri terendah berada pada responden dengan frekuensi penggunaan *gadget* selama lebih dari 5 jam ($\bar{x}$ = 2,438), sedangkan skor kontrol diri tertinggi berada pada responden dengan frekuensi penggunaan *gadget* selama kurang dari 2 jam ($\bar{x}$ = 3,181). Hasil tersebut sesuai dengan hipotesis awal bahwa semakin tinggi frekuensi menggunakan *gadget,* maka semakin rendah tingkat kontrol diri seseorang.

D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara waktu penggunaan internet dengan *Self Control* diri pada anak. Penelitian ini memiliki hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara waktu penggunaan internet dengan kontrol diri anak. Hal tersebut dapat diartikan bahwa tinggi rendahnya kontrol diri anak dalam bermain Internet berkaitan waktu dia dalam bermain internet atau frekuensi bermain internet.

Hasil analisis kategori *Brief Internet Self Control Scale* menunjukkan persentase terbesar pada kategori terbesar yakni 27,2% dari total 154 responden, sedangkan pada variabel *Internet Self Control Scale* juga menunjukkan persentase terbesar pada kategori rendah yakni 25,8% dari total 154 responden. Hal ini sesuai dengan penelitian Highfield (2012) yang menyatakan bahwa anak yang memiliki waktu bermain *game* sangat tinggi memiliki kontrol diri yang rendah.

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan, didapatkan nilai korelasi (r) sebesar -0,364 dengan nilai sig. 0.000 yang menunjukkan bahwa ada korelasi atau hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini. Hal ini mendukung hasil penelitian milik Berry Highfield dkk. (2012) yang menemukan bahwa frekuensi bermain internet anak memiliki hubungan dengan kontrol diri dengan nilai koefisien (r) sebesar -0,364 ($p<0,05$). Selain itu melalui uji beda yang dilakukan, didapatkan responden dengan frekuensi penggunaan *gadget* selama lebih dari 5 jam memiliki nilai skor kontrol diri terendah, sedangkan pada responden dengan

frekuensi penggunaan *gadget* selama kurang dari 2 jam memiliki skor kontrol diri tertinggi.

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif anta kedua variabel. Jika penggunaan *gadget* untuk bermain *video game* tinggi maka kontrol diri anak rendah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Pitaloka (2013) dan Masya(2016). Pitaloka(2013) menyatakan bahwa dampak negatif dari terlalu sering menggunakan *gadget* yaitu mereka menjadi jarang/malas belajar, lupa waktu, boros dalam memanfaatkan uang jajan, suka berbicara kasar, agresif, pergaulan tidak terkontrol, mengganggu kesehatan fisik dan psikologis, serta membuat orangtua cemas. Hal tersebut juga sejalan dengan salah satu aspek yang di kemukakan oleh Tangney (2004) yaitu *Self-discipline*, yang mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. Jadi jika anak dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan *gadget* maka anak tersebut dapat fokus dalam belajar. Sedangkan hasil penelitian Masya (2016) membuktikan bahwa pada kenyataannya prestasi peserta didik cukup rendah dan ini dapat dilihat dari nilai peserta didik yang semakin menurun dikarenakan bermain *game online.* Penelitian Pitaloka (2013) juga sesuai dengan aspek yang di kemukakan Tangney (2004) *Deliberate/nonimpulsive,* yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia

cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *nonimpulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.

Pitaloka (2013) menyatakan dampak negatifnya anak terlalu sering menggunakan *gadget* yaitu mereka suka berbicara kasar, agresif, pergaulan tidak terkontrol. Hal itu bisa terjadi jika frekuensi penggunaan *gadget* tinggi untuk bermain *game online* yang mengandung unsur kekerasan hal itu dapat mengakibatkan anak tidak dapat mengontrol perilaku ketika sedang emosi, dapat menimbulkan tidak kekerasan, seperti berkata kasar dan bertindak agresif serta pergaulan yang tidak terkontrol. Hal itu juga di dukung dengan penelitan oleh Siregar dan Muljono (2017) yang menyatakan semakin tinggi tingkat perilaku bermain *video game* berunsur kekerasan maka semakin tinggi juga tingkat perilaku agresi remaja. Dan pernyataan Pitaloka (2013) yaitu mengenai kesehatan bahwa dampak negatifnya dari terlalu sering menggunakan *gadget* yaitu dapat mengganggu kesehatan fisik dan psikologis, hal itu berkaitan dengan aspek yang di kemukaan Tangney (2004) yaitu *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu, jika anak sering menggunakan *gadget* untuk bermain *video game* hal tersebut dapat menganggu kesehatan anak, hal ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Idayati (2011) yaitu bahwa ponsel yang kita gunakan sehari-hari ternyata memiliki radiasi yang cukup mematikan dalam jangka panjang jika kita tidak berhati-hati dalam menggunakannya pengaruh radiasi radio yang dipancarkan dari ponsel teranyata berpengaruh terhadap kesehatan terutama pada sistem

reproduksi. Dan dalam penelitian Anonimb (2009) menyebutkan Bahwa beberapa pengaruh yang dapat mengganggu kesehatan akibat yang ditimbulkan oleh radiasi dari ponsel yaitu dapat menyebabkan otak dan kulit memanas, lalu resiko terkena kanker, kerusakan sistem pertahanan tubuh dan *DNA*, kecacatan pada bayi, peningkatan tekanan darah, Penyakit *Alzheimer's*, *Multiple sclerosis* dan *Pakinson',* Jantung dan batu ginjal, sakit kepala, pusing-pusing, dan kehilangan konsentrasi.

Penelitian ini masih memiliki banyak kelamahan di dalamnya. karena penelitian ini hanya berfokus pada lamanya waktu bermain *gadget* anak kususnya *game online* yang dapat berpengaruh pada kontrol diri anak, sedangkan dalam penelitian sebelumnya terdapat lima hipotesis yang bisa di gunakan dalam pembahasan di penelitian ini.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara antara waktu penggunaan internet dengan kontrol diri pada anak. Semakin tinggi waktu penggunaan internet maka semakin rendah pula tingkat kontrol diri pada adak, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dinyatakan **diterima**.

B. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini memiliki kelemahan yaitu tidak mencantumkan spesifikasi game, menjadikan penelitian ini tidak memberikan sebuah kekususan jenis game apa yang dapat mengakibatkan kontrol diri anak itu rendah.

C. Saran

1. Saran Bagi Responden

   Diharapkan anak mampu mengurangi frekuensi menggunakan *gadget* sehingga mampu meningkatkan kemampuan anak dalam mengontrol diri untuk tidak bermain gadget berlebihan.

2. Saran Bagi Orangtua dan Guru

   Diharapkan kepada orangtua dan guru untuk membantu mengawasi, menjaga, dan membatasi penggunaan *gadget* pada anak sehingga anak mendapatkan dukungan dalam upaya peningkatan kemampuan kontrol diri.

3. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

   Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengangkat topik yang sama ataupun mengembangkan penelitian yang serupa dapat melakukan pengumpulan data yang lebih lengkap, karena dalam alat ukur yang di gunakan dalam penelitian ini pada dasarnya terdapat 5 hipotesis, dan dalam penelitian ini peneliti menggunakan hipotesis kedua, namun di harapkan penelitian berikutnya dapat menggunakan semua hipotesis dalam melakukan penelitian, dengan melibatkan responden dari berbagai jenjang usia dan pendidikan seperti pada anak SMP, SMA, perguruan tinggi, hingga pekerja sehingga didapat gambaran yang lebih jelas mengenai peran penggunaan *gadget* dalam pengaruhnya terhadap tingkat kontrol diri individu. Selanjutnya, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai berbagai dampak penggunaan *gadget* maupun faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kontrol diri.

DAFTAR PUSTAKA

Acocella, J.R., & Calhoun, J.F. (1991*). Psychology of adjustment human relationship (3th ed)*. New York : MmcGraw-Hill.

Anonim. (2009). *Di china game Online sebabkan kriminal*. Diunduh dari http://techno.okezone.com/read/2009/12/26/326/288330/di-china-*game-online*-sebabkan-kriminal/

Anonim. (2012). *Membunuh teman sendiri demi game online*. Di unduh dari http://www.suaratangerang*online*.com/blog/membunuh-teman-sendiri-demi-*game-online*/

Anonimb (2009). *Hati-Hati Radiasi Handphone Terhadap Organ Tubuh*. http://era29.ngeblogs.com/2009/11/13/hatihati- radiasi-handphone-terhadap-organ-tubuh/ [22 Desember 2009].

Averill, J.R, (1983). *Personal control over aversive simuli and its relationship to strees.* Psychol. Bull. 80:286-303, 1973. Departemen of Psychology. University Massachusetts, Amherst, MA.

Azwar, S (2007). Reliabilitas dan validitas. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Azwar, S (2009). Sikap manusia, teori dan pengukurannya. Jakarta : Pustaka Pelajar

Ameta Anggi. (2012). Hubungan kontrol diri dan keputusan membeli produk diskon, Jogjakarta *Skripsi* (tidak diterbitkan) Universitas Islam Indonesia.

Barry Highfield, J. J. & Reynolds, W. M. (2012). Stuck online : internet use and self control in children in grades 4 through 6. *A Thesis Presented to The Faculty at Humboldt State University In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Masters of Arts in Psychology: Academic Research*

Barge,J. K., & Schlueter, D.W. (1988). *A Critical evaluation of organizational comitment and identification*. Management Communicational Quartery, 2 (1), 116-113

Baumeister, R.F., Muraven, M., & Tice, D.M. (2000). *Ego Depletion A resource model of vlo50it, i on, self regulation, and controlled processing*, Social Cognition, 18(2), 130-

Baumeister, R.F., & Vohs, K.D. (2004). Understanding self-regulation: Introduction. In R. Baumeister & K. Vohs (Eds), *Handbook of self-Regulation: research, theory, and Aplications*. New York, NY : The Guilford Press

Baumeister, R.F., & Vohs, K.D. (2007). *Self-regulation, ego depletion, and motivation*. Social and personality Psychology compass 1(1), 115-128

Baumeister, R.F. (2012). *Need-to_belong Theory*. In Van Lange P.M et al.(ed) 2012. Handbook of the theories of social psychology (pp121-140). London : sage

Berlyne, D.E (1960) *Conflict, arousal, and curiosity*. New York: McGraw Hill

Buss, A.H & Perry, M. (1992) The aggression questioannaire. *Journal of personality and social psychology*. The american psychological association, Inc

Caplan, S. E. (2005). *A social skill account of problematic internet use*. *Journal of communication,* 55,721-736: Doi 10.1093/joc/55.4.721

Chaplin, J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Press

Coplan, R. J., & Arbeau, K. A. (2009). Peer interactions and play in early childhood. In K. H. Rubin, W. M. Bukowski, & B. Laursen (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships and groups* (pp. 143–161). New York: Guilford Press.

Cassandra Pentzien, (2008). *The Role Of Cognitive Depletion from Playing Video Games in Promoting Aggression*. University of Michigan

Comer,J.S., Furr,J. M., Beidas, R. S., Babyar, H. M., & Kendall, P. C. (2008). Media use and children's preceptions of social treat and personal vulnerability. *Journal of celinical child & Adolcet Psychology*, 37, 622-630. Doi : 10. 1080/15374410802148145

D. Young, Hugh & Roger A, Friedman (2002) Fisika Universitas (Terjemahan) jilid .1, Jakarta: Erlangga.

Duckworth, A. L., & Kern, M. L. (2011) A meta-analysis of the convergent validity of self-control measures. *Journal of Research in Personality, 45, 259-268*. doi: 10.1016/j.jrp.2011.02.004

Eun Joo Kim, Kee Namkoong, Taeyun ku, Se joo Kim, (2008). The Relationship between *online game* addictian and aggression self Control and narcissistic personality traits. *Yensei University Collage Of Meddicine, South Korea*

Funk, J. B. (2002). Electronic *game*s. In V. Strasburger and B. Wilson (Eds.),Children, adolescents, and the media (pp. 117-144). Thousand Oaks, CA: Sage

Gufron & Risnawita (2006), Teori-teori Psikologi, AR-Ruzzmedia Jl. Anggrek 126 Sambilegi, Maguwoharjo, Depok, Sleman, Jogjakarta 55282

Hurlock, E. B. (1973); Psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan. Edisi 5.Jakarta : Erlangga

Isaacson, R. M. & Fujita, F. (2006). Metacognitive knowledge monitoring and self-regulated Learning : *academic Success and Reflections on Learning. Journal of the Scholarchip of teaching and learning,* 6(1), hlm. 39-55

Jannah, Miftahul & Rahayu, Sri (2007). Perilaku menunda pemuasan ditinjau dari kontrol diri, intelegensi dan pada anak usia sekolah [Online] http://jurnal.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/8107814.pdf [20/09/2010]

Kurniawan, H. (2012). Hubungan antara orientasi sosial pemain *game online* jenis MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role-Playing Game*) dengan kemampuan membangun hubungan interpersonal. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Jogjakarta: Universitas Islam Indonesia

LaRose, R., & Eastin, M.S. (2004). A Social cognitive theory of internet uses and gratification. Toward a new model of media attendance. *Journal of broadcasting and electronic media,* 48, 358-377. Doi: 10.1207/s1550678jobem4803_2

Livingstone, S (2006). Strategis of parental regulation in the media-rich home. *Computers in human behaviour,* 23, 920-941

Nurwidasa, P. (2002), Penggunaan permainan (*Game*s) komputer dalam pembelajaran bahasa inggris : Analisis Terhadap Program "wonder of word" & "the rocket" widya darma, No. 81.

Pitaloka.A.A. (2013). Perilaku konsumsi *game online* pada pelajar **.***Studi Fenomenologi tentang Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar di Kelurahan Gemolong,* Kabupaten Sragen tahun 2013

Piaget, Jean, & Bargel Inhelder (2010), Psikologi anak, terjemahan. Miftahul Janah, *Pustaka pelajaran*, Yoyakarta, Cetakan 1

Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2000). *Risks and sefty for children on the internet: The ireland report.* LSE, London: EK Kids *Online*. Pew Internet & American life Project Surveys From September – Desember 2000; September and December of 2005; April 2009 and May 2010. http://www.pewinternet.org.

Rueda, L. M., K. J. Patel, R. C. Axtell & R. R. Stinner (1990). Temperaturedependent development and survival rate of culex quinquefaciatus and aedes aegypti (Diptera: Culicidae). *Journal of medical etomology*. 27: 892-898

Roff, Lucinda Lee; David L. Klemmack; Debra M. McCallum dan Michael B. Conaway, (2001), "Preceptions of welfare recipent fraud and provider fraud": A 20- Year Follow-Up" *Advance in social work*, vol. 2, No. 1: pg. 75-81.

Idayati.R.2011.Pengaruh Radiasi handphone Terhadap Kesehatan. *Jurnal Kedokteran Unsyiah Kuala* Vol 11(2) (2011)

Santrock, J.W. (2012) Life Span Development Perkembangan masa hidup edisi ke tigabelas, jilid 1. Jakarta : Penerbit Erlangga

Siregar,N.I, dan Muljono, P.2017. Pengaruh Perilaku *Video Game* Berunsur Kekerasan Terhadap Perilaku Agresi Remaja. *Jurnal Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat.* Vol 1(3). Hal 261-276, Departemen SKM

Subrahmanyam, K., & Greenfield, P. (2008). The future of children. *Children and Electronical Media,* 18, 119-146.

Taurina, DR. (2012) Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online*dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Di Yogyakarta, *Skripsi* (tidak dipublikasikan). Yogyakarta. Universitas Islam Indonesia.

Tangney, J.P., Baumiester, R.F., & Boone, A. L. (2004). High Self-control predicts good adjusment, less pathology, better grades and interpersonal succes. *Journal of personality,* 72, 271 – doi: 10.1111/j. 0022-3506.2004.00263.x

Tsukayama, E., Duckworth, A. L., & Kim, B. E. (2011). Resisting everyting except temptation: Evidance and an explanation for domain-specific impulsivity. *European Journal Of Personality.* Doi: 10.1002/per.841

Wardhani, D.T. & Fahrudin, A. (2009). Pengaruh *Video Game* Terhadap Anak dan Peranan Pekerja Sosial. Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial PEKSOS

Wibisono, S. (2008). Kegemaran Bermain *Game online* Pada Mahasiswa Di Yogyakarta. *Journal Mahasiswa Khazanah*. Volume 1. Nomor 1, 53-64

http://www.jurnalweb.com/dampak-buruk-smartphone-bagi-anak/

Lampiran 1

SKALA

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Program Studi Psikologi
Yogyakarta

Yogyakarta .. ..

Assalamualaikum Wr.Wb

Adek-adek sekalian, kakak minta tolong untuk mengisi skala penelitian. Perlu adek-adek ketahui, jawaban yang adek-adek masukan dalam skala ini tidak akan mempengaruhi nilai ataupun merugikan bagi adek-adek, jadi kakak mohon kejujuran adek-adek dalam mengisi skala ini. Tidak perlu takut mengisi karena tidak ada jawaban salah maupun benar. Kakak juga InsyaAllah akan merahasiakan identitas adek-adek sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah.

Atas perhatian dan kesediaan adek-adek kakak mengucapkan terimakasih

Wassalamualaikum Wr.Wb

Hormat Kakak

Agung Widhi Pramana

Identitas
(Menggunakan nama rahasia)

Nama :
Kelas :
Umur :
Jenis kelamin :

Berapa lama dalam sehari kamu menggunakan *game online* ?
(beri tanda √ pada kolom) :

1. Kurang dari 2 jam ( )
2. 2 jam ( )
3. 3 jam ( )
4. 4 jam ( )
5. 5jam ( )
6. lebih dari 5 jam ( )

Alat apa yang kamu gunakan untuk bermain *game online*?
(beri tanda √ pada kolom) :



1. HandPhone (android atau iphone) ( )
2. Laptop / Komputer ( )
3. Xbox Live ( )
4. PS4 *Online* ( )

Cara mengisi Skala

Silahkan pilih dengan tanda centang (√) pada kolom pernyataan yang di anggap paling sesuai dengan kondisi dan keadaan adek-adek yang sebenarnya

1. Selalu
2. Sering
3. Jarang
4. Tidak Pernah

Contoh

NO	Pernyataan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak pernah
1	Saya suka bermain *game Online*		√		

Skala 1

	Selalu	**Sering**	**Jarang**	**Tidak Pernah**
4. Saya dapat menolak godaan dengan baik				
5. Saya sulit meninggalkan kebiasaan yang jelek				
6. Saya orang yang malas				
7. Saya suka mengatakan hal hal yang tidak benar				
8. Saya suka melakukan hal buruk karena itu menyenangkan				
9. Saya akan menahan melakukan hal buruk untuk diri saya sendiri				
10. Saya berharap lebih memiliki semangat				
11. Orang bilang saya memiliki semangat yang kuat				
12. Sesuatu yang menyenangkan membuat saya lupa dengan tugas yang harus saya kerjakan				
13. Saya melakukan tindakan tanpa di pikir dahulu				
14. Saya tidak bisa berhenti melakukan sesuatu walaupun saya tau itu salah				
15. Saya bisa melakukan sesuatu dengan baik untuk mencapai apa yang saya cita-citakan				
16. Saya susah memusatkan perhatian pada suatu hal				
17. Saya bisa mengontrol diri saya sendiri				

Skala 2

	Selalu	**Sering**	**Jarang**	**Tidak Pernah**
1. Saya susah menghentikan bermain *game online*				
2. Saya sadar menghabiskan banyak waktu untuk *game online*, tapi saya tidak bisa menghentikannya				
3. Saya tidak mengerjakan yang seharusnya saya kerjakan karena saya hanya menghabiskan waktu untuk bermain *game online*				
4. Saya tidak peduli ada PR jika saya sedang bermain *game online*				
5. Saya membutuhkan kekuatan yang besar untuk berhenti bermain *game online*				
6. Saya terlihat kehilangan kontrol ketika saya bermain *game online*				
7. Saya tidak bisa mengontrol kebutuhan saya untuk bermain *game online*				
8. Saya merasa saya banyak menghabisakan waktu untuk bermain *game online*				
9. Kebutuhan saya untuk bermain *game online* itu sangat kuat				
10. Saya membutuhkan usaha yang lebih untuk menolak diajak untuk bermain *game online*				

Jika sudah selesai
mohon periksa kembali jawaban adik-adik
pastikan semua pernyataan sudah di isi
sesuai dengan keadaan
adik-adik

Lampiran 2

Tabulasi Data Skala Kontrol Diri

Tabulasi Data Skala Kontrol Diri

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	2	4	4	4	3	2	1	4	3	2	3	3	3	1
2	4	3	4	3	4	1	2	2	4	4	4	3	3	4
3	2	4	3	4	4	4	2	2	4	3	3	4	3	2
4	2	4	4	4	4	1	1	3	3	4	4	4	3	4
5	2	4	4	4	4	2	1	4	2	4	3	4	3	3
6	2	4	3	3	4	3	1	2	3	4	4	4	3	3
7	4	3	3	4	3	3	1	2	4	3	3	4	3	3
8	2	3	3	4	4	2	3	2	1	3	1	3	3	2
9	2	3	3	4	3	4	1	2	1	3	3	4	3	4
10	4	3	3	3	3	4	1	4	2	2	3	4	3	2
11	2	4	3	3	3	1	1	2	3	4	3	3	3	4
12	3	3	4	3	4	3	1	3	3	1	2	4	2	2
13	2	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	2	4
14	1	4	4	3	4	4	1	4	3	4	3	4	2	4
15	1	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	4	3
16	1	4	3	3	4	3	1	2	3	3	4	3	3	3
17	2	2	3	4	4	3	3	2	3	1	4	4	4	3
18	2	4	4	4	4	1	2	2	3	4	4	4	3	2
19	2	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3
20	2	2	3	4	3	1	2	2	3	3	2	3	3	4
21	3	1	3	2	3	2	1	1	1	3	3	4	1	2

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
22	2	2	3	4	4	3	1	2	2	1	2	4	2	2
23	4	3	4	4	4	4	1	2	3	3	4	4	3	4
24	3	1	3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	4	4
25	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	4	3	4
26	2	2	3	3	4	2	1	3	3	2	4	4	3	3
27	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	4	4	4	3
28	3	3	4	3	3	1	1	3	3	4	4	3	3	4
29	1	4	4	4	4	4	2	1	3	4	4	3	4	2
30	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4
31	1	4	3	4	4	4	1	2	3	4	4	3	4	2
32	4	4	3	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4
33	2	4	4	3	4	1	1	1	2	3	3	4	3	4
34	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2
35	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	3	2	3
36	2	3	4	3	3	2	1	2	4	3	2	4	4	4
37	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
38	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	3	4
39	1	3	4	3	4	1	1	3	3	4	4	4	3	4
40	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	3	1
41	2	1	4	3	4	4	1	4	2	3	2	4	4	4
42	2	4	2	4	4	1	1	1	2	3	3	4	3	4
43	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3
44	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
45	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	1	4
46	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	1	3
47	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	2	3
48	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4
49	3	3	3	4	3	1	1	2	3	3	4	4	2	2
50	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4
51	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3
52	1	3	4	4	4	3	2	2	4	4	3	4	4	2
53	2	2	4	3	2	2	1	2	3	4	4	4	2	4
54	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4
55	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
56	4	3	3	3	4	2	1	2	3	3	3	3	3	4
57	4	4	4	3	4	4	1	3	3	3	4	4	3	4
58	3	4	4	4	4	1	1	4	1	3	4	1	3	4
59	3	3	3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	3
60	1	3	3	4	4	4	1	1	3	3	3	4	3	4
61	2	2	4	3	4	1	1	3	2	1	3	4	2	3
62	2	3	3	4	4	3	1	1	3	4	4	4	3	4
63	2	1	2	4	4	4	1	2	2	3	3	4	2	4
64	3	3	3	4	4	3	1	3	2	4	4	4	2	3
65	2	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4
66	2	3	3	4	4	2	2	1	3	4	3	3	3	2
67	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	2	4	3	4

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
68	3	3	3	3	4	2	1	3	3	3	2	4	3	2
69	2	1	4	3	4	4	1	3	2	3	4	3	3	4
70	1	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	1	4
71	2	2	4	3	4	3	1	2	2	3	3	3	2	2
72	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	2	4
73	2	3	4	4	4	4	1	4	3	3	3	4	3	2
74	2	3	3	4	4	4	1	4	3	3	3	4	3	2
75	2	3	3	4	4	4	2	2	3	4	4	4	2	3
76	2	3	3	3	3	1	1	2	3	3	4	4	1	4
77	3	3	2	1	1	2	1	3	1	1	2	4	2	2
78	2	3	3	3	3	1	1	3	1	4	4	4	3	3
79	1	4	4	4	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1
80	3	4	4	4	4	1	2	2	3	3	4	2	3	3
81	2	2	2	3	3	4	1	3	3	2	3	4	2	3
82	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	3
83	2	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	2	3	2
84	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
85	2	3	2	3	4	2	1	3	3	4	3	4	2	4
86	3	3	3	4	3	1	3	1	4	4	4	3	3	3
87	3	3	2	3	4	3	1	3	2	3	2	3	2	2
88	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	3
89	3	4	4	4	4	4	1	2	3	4	4	4	3	3
90	4	3	2	4	4	3	1	2	3	4	3	4	3	4

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
91	3	4	3	4	4	1	1	2	1	4	4	3	2	4
92	3	4	4	4	4	4	1	2	3	4	4	4	3	2
93	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	4	3	4
94	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2
95	3	3	3	3	4	3	1	2	3	4	3	4	4	2
96	2	1	3	2	1	2	3	2	3	1	2	1	3	2
97	4	3	3	4	4	1	1	4	4	4	4	4	2	4
98	3	3	3	3	4	2	1	2	3	4	4	4	3	4
99	2	4	3	3	4	2	1	2	3	4	4	4	3	4
100	3	3	3	3	3	4	1	4	2	3	3	4	3	3
101	2	2	3	3	4	4	1	1	2	3	2	3	2	1
102	2	3	3	3	4	2	2	1	3	3	4	3	3	2
103	4	3	4	3	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4
104	2	3	3	3	4	2	1	3	3	4	3	4	2	3
105	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3
106	4	2	3	4	4	4	1	3	3	3	4	4	3	4
107	3	1	3	3	2	2	1	4	4	4	3	3	4	4
108	4	3	2	2	3	4	1	2	1	2	2	4	3	4
109	1	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3	2	3	2
110	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	3
111	4	3	2	4	3	4	1	2	3	4	3	4	3	3
112	4	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4
113	2	3	3	4	4	1	2	2	3	3	4	2	3	3

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
114	2	3	4	4	4	2	3	2	4	2	3	4	2	2
115	2	2	3	3	4	4	1	2	2	2	4	3	2	2
116	2	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	2
117	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3
118	4	3	3	4	4	4	1	2	3	3	3	4	3	3
119	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2	3	2
120	3	3	4	3	4	4	1	3	3	4	4	4	3	4
121	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
122	3	1	3	1	1	4	1	4	2	3	3	4	4	4
123	3	3	4	4	4	1	2	2	4	3	4	3	4	3
124	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	4	3	3
125	3	1	1	1	2	4	3	3	1	1	1	4	2	2
126	2	3	3	3	4	4	1	2	2	4	4	4	3	4
127	4	4	3	4	4	3	1	2	4	3	4	4	3	4
128	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4
129	4	3	4	4	4	2	4	1	3	3	4	4	3	1
130	4	1	3	2	3	4	1	4	1	3	2	4	2	4
131	4	2	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3	2	3
132	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2
133	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3
134	2	1	4	3	2	1	1	3	1	1	2	4	2	4
135	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	4	4	3	3
136	3	3	3	4	3	3	1	3	2	3	4	4	2	3

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
137	1	4	3	4	4	1	4	1	3	4	4	4	3	4
138	3	3	3	2	2	3	1	3	3	2	2	4	2	2
139	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
140	3	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4
141	2	2	2	4	4	1	1	2	2	3	2	4	3	4
142	3	3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4
143	4	4	3	4	4	3	1	4	3	3	4	4	3	4
144	4	3	3	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4
145	4	3	2	3	4	4	1	3	2	2	3	4	3	4
146	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3
147	4	3	3	4	4	4	1	3	2	4	3	4	3	4
148	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4
149	1	3	3	4	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3
150	4	4	4	3	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4
151	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4
152	4	3	4	4	4	4	1	3	3	4	3	4	3	4
153	4	4	4	4	4	1	1	3	3	4	4	4	2	3
154	3	1	4	3	2	3	1	4	2	4	4	2	1	3

Lampiran 3

Reliabilitas dan Validitas

Skala Kontrol Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,750	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
I1.1	40,17	30,651	,282	,745
I1.2	39,88	28,919	,521	,719
I1.3	39,66	31,051	,403	,734
I1.4	39,51	30,291	,494	,726
I1.5	39,31	30,030	,539	,722
I1.6	39,97	30,358	,249	,752
I1.7	40,64	31,551	,121	,772
I1.8	40,09	30,698	,310	,742
I1.9	40,13	29,042	,520	,720
I1.10	39,70	29,217	,497	,722
I1.11	39,55	29,936	,506	,724
I1.12	39,34	31,728	,303	,742
I1.13	40,15	31,082	,311	,741
I1.14	39,73	30,889	,299	,743

Lampiran 4

Lampiran Hasil Pengolahan Data Penelitian

Penentuan Presentil (Kategorisasi)

Statistics

		Frekuensi	Kontrol Diri
N	Valid	154	154
	Missing	0	0
Mean		1,88	3,0649
Median		1,00	3,0714
Mode		1	3,14
Std. Deviation		1,343	,42003
Percentiles	20	1,00	2,7143
	40	1,00	3,0000
	60	2,00	3,1429
	80	3,00	3,4286

FREKUENSI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG DARI DUA JAM	87	56,5	56,5	56,5
	2 JAM	35	22,7	22,7	79,2
	3 JAM	12	7,8	7,8	87,0
	4 JAM	10	6,5	6,5	93,5
	5 JAM	3	1,9	1,9	95,5
	LEBIH DARI 5 JAM	7	4,5	4,5	100,0
	Total	154	100,0	100,0	

Kontrol Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,64	1	,6	,6	,6
	2,00	2	1,3	1,3	1,9
	2,07	1	,6	,6	2,6
	2,14	1	,6	,6	3,2
	2,21	1	,6	,6	3,9
	2,29	1	,6	,6	4,5
	2,36	1	,6	,6	5,2
	2,50	5	3,2	3,2	8,4
	2,57	6	3,9	3,9	12,3
	2,64	8	5,2	5,2	17,5
	2,71	10	6,5	6,5	24,0
	2,79	6	3,9	3,9	27,9
	2,86	3	1,9	1,9	29,9
	2,93	10	6,5	6,5	36,4
	3,00	13	8,4	8,4	44,8
	3,07	11	7,1	7,1	51,9
	3,14	18	11,7	11,7	63,6
	3,21	6	3,9	3,9	67,5
	3,29	7	4,5	4,5	72,1
	3,36	11	7,1	7,1	79,2
	3,43	7	4,5	4,5	83,8
	3,50	6	3,9	3,9	87,7
	3,57	4	2,6	2,6	90,3
	3,64	5	3,2	3,2	93,5
	3,71	4	2,6	2,6	96,1
	3,79	1	,6	,6	96,8
	3,86	1	,6	,6	97,4
	3,93	1	,6	,6	98,1
	4,00	3	1,9	1,9	100,0
	Total	154	100,0	100,0	

Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Frekuensi	.310	100	.000	.921	100	.000
Kontrol Diri	.058	100	.200	.953	100	.001

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Frekuensi * Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	21441.497	20	1072.075	7.140	.000
		Linearity	25.571	1	16582.352	110.442	.000
		Deviation from Linearity	1.760	19	255.744	1.703	.021
	Within Groups		11861.503	79	150.146		
	Total		33303.000	99			

3. Uji Hipotesis

Correlations

			Frekuensi	Kontrol diri
Spearman's rho	Frekuensi	Correlation Coefficient	1.000	-.364**
		Sig. (1-tailed)	.	.000
		N	149	149
	Kontrol diri	Correlation Coefficient	-.364**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000	.
		N	149	149

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Analisis Tambahan

1. Uji Korelasi Tiap Aspek Kontrol Diri

Correlations

		FREKUENSI	SelfDiciplin e	DeliberateNonImpulsive
FREKUENSI	Pearson Correlation	1	-,316**	-,330**
	Sig. (1-tailed)		,000	,000
	N	154	154	154
SelfDicipline	Pearson Correlation	-,316**	1	,615**
	Sig. (1-tailed)	,000		,000
	N	154	154	154
DeliberateNonImpulsive	Pearson Correlation	-,330**	,615**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	
	N	154	154	154

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

2. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

bscs

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,726	5	148	,605

3. Compare mean

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean Lower Bound	95% Confidence Interval for Mean Upper Bound	Minimum	Maximum
KURANG DARI DUA JAM	87	3,1814	,41547	,04454	3,0929	3,2700	2,00	4,00
2 JAM	35	2,9878	,32014	,05411	2,8778	3,0977	2,36	3,64
3 JAM	12	2,8690	,30279	,08741	2,6767	3,0614	2,29	3,29
4 JAM	10	2,9571	,36762	,11625	2,6942	3,2201	2,21	3,50
5 JAM	3	3,1905	,45363	,26190	2,0636	4,3174	2,93	3,71
LEBIH DARI 5 JAM	7	2,4388	,46001	,17387	2,0133	2,8642	1,64	2,93
Total	154	3,0649	,42003	,03385	2,9981	3,1318	1,64	4,00

4. One way ANOVA

ANOVA

bscs

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4,758	5	,952	6,334	,000
Within Groups	22,236	148	,150		
Total	26,994	153			