NASKAH PUBLIKASI

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

Oleh :
Agung Widhi Pramana
Nur Widiasmara

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018

NASKAH PUBLIKASI

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

Oleh :
Agung Widhi Pramana
Nur Widiasmara

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2017

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA WAKTU PENGGUNAAN *GADGET*

DENGAN KONTROL DIRI PADA ANAK YANG BERMAIN

VIDEO GAME ONLINE

Telah Disetujui Pada Tanggal

19 MAR 2018

Dosen Pembimbing

(Nur Widiasmara, S.Psi., M. Psi.)

THE RELATION BETWEEN GADGET TIME USING AND CHILD SELF CONTROL WHO PLAYS ONLINE VIDEO GAME

Agung Widhi Pramana
Nur Widiasmara

Abstract

This research aim to know the correlation of gadget time using with self control. Respondent involved in this study where 154 student in primary school male and female, age 9 to 12 years old in Purwokerto. This study uses quantitative methods with Brif Self Control Scale (Barry, 2012). The result showed that there was negative correlation between gadget time using and self control of children r=-0,364 (p=0,000).

Key words: Child, Internet, Gadget, Self Control

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 (Bargen, 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. Lebih dari dua jam anak menggunakan internet maka anak sudah termasuk kategori kecanduan Internet (Comer, Furr, Beidas, Babyar & Kendal, 2008)

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.

METODE PENELITIAN

A. 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.

B. 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 sebelumny

C. 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*.

HASIL PENELITIAN

1. 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 $p>0,05$

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:

2. 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*

3. 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. 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.

a. 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

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.

Nilai signifikansi sebesar 0,000 (<0.05). Maka dapat disimpulkan, terdapat perbedaan yang signifikan antar responden berdasarkan frekuensi menggunakan *gadget.* 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.

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.

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**.

SARAN

1. Saran Bagi Responden

   Diharapkan anak mampu mengurangi frekuensi menggunakan *gadget* sehingga mampu meningkatkan kemampuan anak dalam melakukan kontrol diri.

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 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.

IDENTITAS PENULIS

Nama Mahasiswa : AgungWidhi Pramana

Alamat Kampus : Jalan Kaliurang Km 14,5, Sleman, D.I.Yogyakarta

Alamat Rumah : Jl kober No 142, Purwokerto Banyumas Jawa Tengah

Nomer *Handphone* : 085848569429

Email : AgungWidhiEmd@gmail.com