

**PERBEDAAN KONTROL DIRI PADA PECANDU *GAME*  
*ONLINE* REMAJA DAN DEWASA AWAL DI DESA SIPEAPEA  
KECAMATAN SORKAM BARAT**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi Universitas Medan Area

Oleh :

**ROHANI HABEAHAN**

178600439



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2022**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 18/11/22

Access From (repository.uma.ac.id)18/11/22

**PERBEDAAN KONTROL DIRI PADA PECANDU *GAME ONLINE*  
REMAJA DAN DEWASA AWAL DI DESA SIPEAPEA KECAMATAN  
SORKAM BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana*

*Psikologi Universitas Medan Area*



**OLEH :**

**ROHANI HABEAHAN**

**178600439**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**2022**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 18/11/22

Access From (repository.uma.ac.id)18/11/22

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN KONTROL DIRI PADA PECANDU *GAME ONLINE* REMAJA  
DAN DEWASA AWAL DI DESA SIPEAPEA KECAMATAN SORKAM BARAT**

**Dipersiapkan dan disusun oleh  
Rohani Habeahan  
178600439**

**Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 16 Agustus 2022**

**Susunan Dewan Penguji**


**Ketua Sidang**

  
(Meri Hafni, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

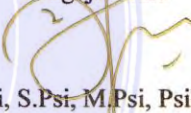
**Sekretaris**

  
(Yunita, S.Pd, M.Psi, Kons)

**Pembimbing**

  
(Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog)

**Penguji Tamu**

  
(Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

**Skripsi ini diterima sebagai salah satu  
Persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana  
Tanggal 16 Agustus 2022**

**Kepala Bagian**

  
(Dinda Permatasari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

**Mengetahui**

**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**

  
(Triasandita, Ph.D)  


## LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Rohani Habeahan

NPM : 178600439

Tahun Terdaftar : 8 maret 2022

Program Studi : Psikologi Perkembangan

Fakultas / Sekolah : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga pendidikan tinggi. Dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain. Kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur – unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah skripsi ini dikemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain. Maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 16 Agustus 2022



Rohani Habeahan

178600439



## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

### TUGAS AKHIR SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rohani Habeahan  
NPM : 178600439  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Tugas Akhir / Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : **Perbedaan Kontrol Diri Pada Pecandu *Game Online* Remaja dan Dewasa Awal di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat.**

Dengan hak bebas royalti non-eksklusif ini, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 16 Agustus 2022

  
Rohani Habeahan

178600439

## MOTTO

*Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang*

*(Amsal 23 : 18)*

*Kiranya diberikan-Nya kepadamu apa yang kau kehendaki dan dijadikan-Nya*

*berhasil apa yang kau rancangkan*

*(Mazmur 20 : 4)*

*Hanya karna prosesmu lebih lama dari orang lain*

*bukan berarti kamu gagal !!*

*(Rohani Habeahan)*

## PERSEMBAHAN

Pertama-tama saya mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala kebaikan dan perlindungan-Nya sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir saya dengan baik. Karya ini saya persembahkan untuk kedua orang tuaku tercinta, bapak yang telah berada di surga dan Ibu yang selalu ada buat aku yang setiap lembaran kehidupanku ada dia didalamnya, yang tanpanya aku tidak mungkin berada sampai di titik ini.

Doa dan dukungan yang selalu kalian sertakan untukku

Yang menaruh harapan besar kepadaku menghantarkanku sampai ke titik ini.

Titik awal kesuksesanku.

Teringat akan angan dan impian yang selalu kalian ceritakan kecil lalu

Membuat tangan ini tak berhenti bekerja, kaki ini yang tak henti melangkah

Melupakan rasa lelah

Melupakan rasa jenuh

Hingga aku berjalan menemukannya

Sebuah kado kecil yang ku persembahkan untuk kalian

Kado yang tidak mahal

Namun didalamnya banyak warna perjuangan yang ku torehkan

Air mata, waktu, daya, tawa, imajinasi semua tersimpan di dalamnya

Kado ini menjadi saksi bagaimana perjuanganku menjadi anak kebanggaan kalian.

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Pribadi

Nama : Rohani Habeahan  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat & Tanggal Lahir : Simargarap, 12 Januari 1999  
Agama : Kristen Protestan  
Nomor Ponsel : 0822-7787-7032  
0822-7682-9768  
Email : [hanyhabeahan99@gmail.com](mailto:hanyhabeahan99@gmail.com)

### B. Jenjang Pendidikan Formal

1. SD Negeri 157630 Sorkam Kanan 3
2. SMP Negeri 1 Sorkam Barat
3. SMA Negeri 1 Sorkam Barat
4. Universitas Medan Area



## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Perbedaan Kontrol Diri Pada Pecandu *Game Online* Remaja dan Dewasa Awal di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat”.

Peneliti menyatakan bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua yayasan pendidikan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area
3. Bapak Hasanuddin Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi,MM, M.Psi, Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area sekaligus dosen pembimbing saya yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran hingga selesai penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Khairuddin S.Psi, M.Psi selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

6. Ibu Dinda Permatasari Harahap, M.Psi, Psikolog, selaku Kepala Bagian Jurusan Psikologi Perkembangan, yang telah memberikan motivasi dan semangatnya, serta selalu memberikan informasi mengenai proses penyelesaian skripsi ini.
7. Ibu Meri Hafni, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku ketua sidang skripsi. Terimakasih yang sebesar-besarnya atas segala kritik dan saran yang sangat membangun guna membuat skripsi ini menjadi lebih baik.
8. Ibu Yunita, S.Pd, M.Psi, Kons selaku sekretaris, yang sudah meringankan waktunya untuk hadir dan menjadi notulen.
9. Ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku penguji tamu, yang sudah meringankan waktunya untuk hadir dan memberikan kritik dan saran terbaik bagi penulisan skripsi ini.
10. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat semasa perkuliahan, bimbingan, pembinaan dan memotivasi peneliti agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh staff pegawai Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang telah membantu peneliti dalam urusan administrasi serta memberikan perkembangan informasi berupa jadwal di dalam pelaksanaan setiap acara kegiatan atau aktivitas di dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Bapak Rinto Simamora selaku Kepala Desa Sipeapea, yang telah mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian dan telah membantu dalam pengerjaan skripsi ini.

13. Secara khusus dan teristimewa kepada Kedua orang tua saya, Almarhum bapak M. Habeahan, yang semasa hidupnya selalu memberikan dukungan, semangat, arahan, motivasi, maupun materi, dan ibu H. Hutapea, yang tak henti-hentinya selalu mendoakan, memberikan semangat, dukungan, motivasi maupun materi dalam penyelesaian studi S1 ini.
14. Kakak Eva Zuita Habeahan S. Farm, Yulianti Habeahan, dan adik-adikku Soedito Habeahan, Sarah Angellia Habeahan, Bellvania Habeahan yang tak henti-hentinya memberikan semangat, dukungan serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
15. Herdiman Marbun S.Ak yang selalu ada untuk mendengar keluh kesahku, memberikan semangat, dukungan, serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
16. Teman teman seperjuangan, Fherawati, Angel, Novelisda, Christina, Margareta dan teman lainnya yang tak bisa saya sebutkan satu persatu yang turut memberi semangat maupun motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
17. Terimakasih kepada seluruh pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu yang telah memberikan segala dukungan, motivasi, saran, solusi, doa serta bantuan yang tiada habisnya demi penyelesaian skripsi ini. Semoga Tuhas Yesus membalas segala kebaikan yang telah peneliti dapatkan dari semua pihak yang berpartisipasi.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan didalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun selalu peneliti nantikan dari pihak manapun dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat terutama bagi pembaca.

Medan, 16 Agustus 2022

Peneliti



Rohani Habeahan

178600439





## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b>	
<b>TUGAS AKHIR/SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK .</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR RIWAT HIDUP .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xviii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah .....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Remaja .....	11
1. Pengertian Remaja .....	11
2. Ciri-ciri Masa Remaja.....	12
3. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja .....	13
B. Dewasa Awal .....	14
1. Pengertian Dewasa Awal .....	14
2. Ciri-ciri Dewasa Awal .....	15
3. Tugas-tugasPerkembangan Dewasa Awal .....	17
C. Pecandu <i>Game Online</i> .....	18
1. Pengertian Pecandu.....	18
2. Kecanduan <i>Game Online</i> .....	19
3. Faktor-Faktor Kecanduan <i>Game Online</i> .....	20
4. Aspek-Aspek Kecanduan <i>Game Online</i> .....	23

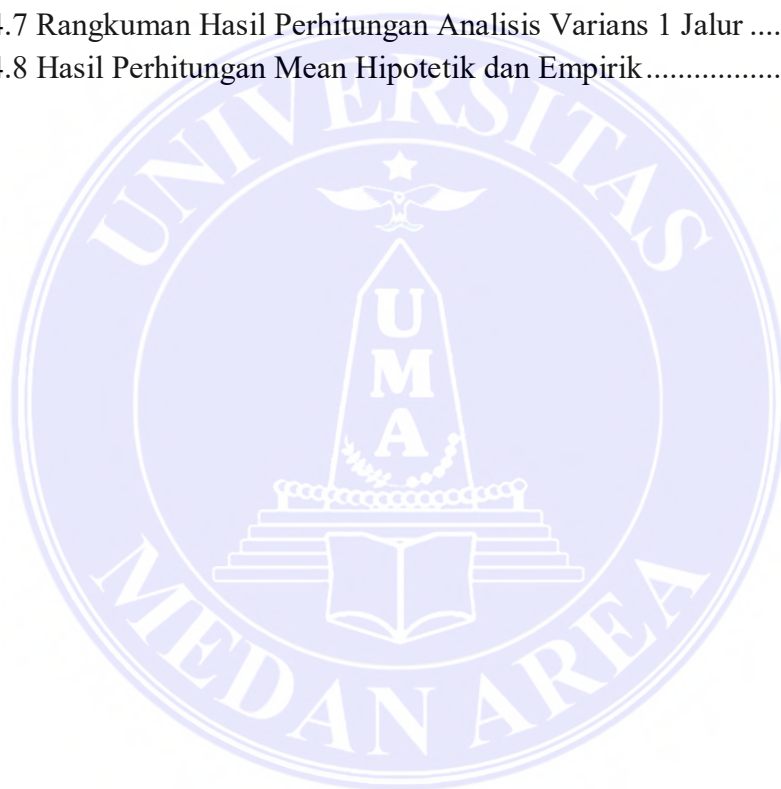
5. Ciri-Ciri Pecandu <i>Game Online</i> .....	25
D. Kontrol Diri .....	26
1. Pengertian Kontrol Diri .....	26
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri .....	28
3. Ciri-Ciri Kontrol Diri .....	29
4. Faktor-Faktor Kontrol Diri .....	30
E. Perbedaan Kontrol Diri Pada Pecandu Game Online Ditinjau Dari Usia Remaja Dan Dewasa Awal.....	31
F. Kerangka Konseptual.....	38
G. Hipotesis .....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
A. Tipe Penelitian .....	40
B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian .....	40
C. Defenisi Operasional Variabel .....	41
D. Populasi Dan Teknik pengambilan Sampel .....	41
1. Populasi .....	42
2. Teknik Pengambilan Sampel .....	42
3. Sampel .....	42
E. Teknik Pengumpulan Data .....	43
1. Skala Kontrol diri.....	43
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	44
1. Validitas .....	44
2. Reliabilitas .....	45
G. Metode Analisis Data .....	46
H. Uji Asumsi .....	48
1. Uji Normalitas .....	48
2. Uji Homogenitas .....	48
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
A. Orientasi Kancas Penelitian .....	49
B. Persiapan Penelitian .....	50
1. Persiapan Administrasi .....	50
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	50
C. Pelaksanaan Penelitian .....	55
D. Analisis Data Dan Hasil Penelitian .....	56
1. Uji Asumsi .....	56
2. Hasil Perhitungan Analisis Varians 1 Jalur.....	58
E. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	60
F. Pembahasan .....	63

<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>66</b>
A. SIMPULAN .....	66
B. Saran Penelitian .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi penyebaran butir-butir pernyataan skala kontrol diri sebelum dilakukan try out .....	51
Tabel 4.2 Butir-butir skala kontrol diri yang valid dan gugur setelah dilakukan try out .....	54
Tabel 4.3 Butir-butir baru skala kontrol diri setelah try out .....	55
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas .....	56
Tabel 4.5 Rangkuman Hasil Uji Normalitas Sebaran .....	57
Tabel 4.6 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas .....	58
Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Varians 1 Jalur .....	59
Tabel 4.8 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik .....	61





## DAFTAR GAMBAR

Kurva Distribusi Normal Skala Kontrol Diri Pada Remaja .....	62
Kurva Distribusi Normal Skala Kontrol Diri Pada Dewasa Awal.....	62



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. <i>Screening</i> Data & Alat Ukur Penelitian.....	71
Lampiran B. Data Penelitian .....	77
Lampiran C. Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas Skala .....	81
Lampiran D. Uji Asumsi Dan Uji Hipotesis .....	84
Lampiran E. Surat Keterangan Penelitian .....	88



## ABSTRAK

### PERBEDAAN KONTROL DIRI PADA PECANDU *GAME ONLINE* REMAJA DAN DEWASA AWAL DI DESA SIPEAPEA KECAMATAN SORKAM BARAT

Oleh :

**Rohani Habeahan**

**NPM : 178600439**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan kontrol diri pada pecandu *game online* remaja dan dewasa awal di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan model komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja dan dewasa awal yang mengalami kecanduan *game online* yang berjumlah 66 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 66 orang yaitu 36 remaja dan 30 dewasa awal dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengambilan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala kontrol diri yang disusun berdasarkan teori oleh Averill (dalam Ghufroon & Risnawita, 2018) dengan menggunakan model skala *Likert*. Teknik analisis data dengan menggunakan Analisis Varians 1 Jalur. Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis data varian 1 jalur diperoleh hasil sebagai berikut : a) terdapat perbedaan kontrol diri yang signifikan antara remaja dan dewasa awal. Hal ini dibuktikan koefisien perbedaan  $F = 56,914$  dengan  $P = 0,000 < 0,05$ . Artinya ada perbedaan kontrol diri usia remaja dan dewasa awal. b) dari hasil penelitian, diperoleh mean empirik usia remaja sebesar 54,14 yang tergolong rendah dan mean empirik usia dewasa awal sebesar 84,50 yang tergolong tinggi. Berdasarkan hasil ini berarti hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada perbedaan kontrol diri pada pecandu *game online* remaja dan dewasa awal, dinyatakan diterima.

**Kata Kunci** : Kontrol Diri, Remaja dan Dewasa Awal, Pecandu *game online*

**ABSTRACT**

**THE DIFFERENCE OF SELF-CONTROL IN ADDICTED GAMING DISORDER ADOLESCENT AND EARLY ADULTS IN SIPEAPEA VILLAGE, SORKAM BARAT DISTRICT**

Oleh :

**Rohani Habeahan**

**NPM : 178600439**

This study aims to see the difference of self-control in addicted gaming disorder adolescents and early adults in Sipeapea village, Sorkam Barat District. The method used in this study is a quantitative method with a comparative model. The population in this study are adolescent and early adults who are addicted gaming disorder, totaling 66 people. The sample used is 66 people, namely 36 adolescent and 30 early adults. using a dirt control scale based on teon by Averil (in Ghufron & Risnawita, 2018) using a Likert scale model. The data analysis technique using Pathway 1 Varsans Analysis. Based on the data analysis in this study using the 1-way variance data analysis method, the following results were obtained: a) there was a significant difference of self-control between adolescence and early adulthood. This is evidenced by the difference coefficient  $F = 56.914$  with  $P = 0.000 < 0.05$ . this means that there is a difference in self-control in adolescence and early adult. b) from the results of the study, obtained the mean empirical age of adolescent of 54.14 which is moderate and the empirical mean for early adulthood is 84.50, which is classified as high. Based on these result, it means that the proposed hypothesis which reads that there is a difference in self-control in adolescent addict gaming disorder and early adult, is accepted.

**Keywords** : self-control, adolescents and early adults, addicts gaming disorder



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Bermain merupakan salah satu aktivitas yang banyak digemari baik dari kalangan anak – anak, remaja sampai usia dewasa. Bermain adalah kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan tanpa memperhatikan hasil akhir (Hurlock dalam Windaryanti, 2008), sehingga menyebabkan adanya keinginan pada diri seseorang untuk mengulang kegiatan yang dilakukannya.

Perkembangan teknologi yang semakin pesat ternyata dapat membuat perubahan dalam segala lapisan di kehidupan sehari-hari. Kreativitas manusia pun juga semakin berkembang pesat sehingga mendorong temuan-temuan baru dalam teknologi yang dapat dimanfaatkan dalam berbagai bidang. Terdapat banyak manfaat dari teknologi internet salah satunya yaitu sebagai sarana hiburan, misalnya untuk bermain. Permainan yang menggunakan koneksi internet dikenal sebagai *game online*

Permainan *game online* pada akhir-akhir ini mulai marak dan banyak digemari oleh masyarakat mulai dari kalangan anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Selain bertujuan untuk mencari para pemenang atau juara juga bertujuan untuk mencari teman bagi pecinta *game online*. Di kalangan remaja maupun dewasa *game online* sangat diminati karena *game online* dijadikan sebagai media hiburan di waktu senggang. Ditambah dengan kemajuan teknologi yang semakin berkembang, *game* tidak hanya dimainkan di komputer tetapi sudah bisa dimainkan di *smartphone*. Dengan begitu seseorang menjadi lebih mudah dalam

memainkan *game online*, dimanapun, kapanpun orang bisa memainkannya. Remaja seakan tidak kenal waktu ketika bermain *game online*. Bermain *game online* dijadikan sebagai alasan untuk menghilangkan rasa bosan. Bermain *game online* dapat menyita banyak waktu sehingga dapat mengabaikan aktivitas – aktivitas penting yang dapat mereka lakukan. Kecanduan *game online* menjadi aktivitas yang paling adiktif di internet. Kecanduan *game online* adalah perilaku yang bersifat kronis dan kompulsif untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan dengan koneksi internet hingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari – hari. Permasalahan yang timbul sifatnya merugikan diri sendiri, meskipun demikian tidak membuat pemain berusaha untuk mengurangi aktivitasnya bermain *game online* karena merasa sulit untuk keluar atau berhenti memainkan *game online* (Pratiwi dalam Masyita, 2016). Remaja yang kecanduan *game online* termasuk dalam tiga kriteria yang ditetapkan WHO (Word Health Organization), yaitu sangat membutuhkan permainan dengan gejala menarik diri dari lingkungan, kehilangan kendali dan tidak peduli dengan kegiatan lainnya (Young,2000).

Masa dewasa awal adalah masa bermasalah. Individu dihadapkan dengan berbagai perubahan dalam hidupnya. Individu dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan segala perubahan yang terjadi. Individu yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik akan mengalami kesulitan seperti keterasingan sosial. Hal tersebut tentu dapat membuat idividu merasakan kesepian. Dalam mengatasi kesepian sering kali individu mencari hiburan untuk menghilangkan rasa sepi. Salah satu cara yang dilakukan individu dalam

mengatasi kesepian yaitu dengan bermain *game online*, namun penggunaan *game online* dalam jangka waktu lama dapat memberikan efek yang negatif, salah satu efek negatif yang paling terlihat adalah munculnya kecenderungan sifat kecanduan yang mengakibatkan para korban *game online* lupa dengan segala hal, bahkan para *gamers* rela mengorbankan waktunya berjam – jam hanya untuk bermain *game online*.

Menurut Pahlevi, 2011 (dalam Rochmah, 2011) individu yang kecanduan *game online* mempunyai keadaan akan kesulitan untuk lepas dari permainannya tersebut. Seseorang telah dikatakan kecanduan *game online* karena selalu membiasakan diri dengan *game online* baik sadar ataupun tidak. Jap et al, (2013) mengatakan biasanya pemain *game online* bermain 4 – 5 hari dalam seminggu dengan rata – rata menghabiskan 4 jam atau lebih perhari untuk bermain. Seorang pecandu *game online* tidak merasa dirinya kecanduan *game online* bahkan tidak mau disebut pecandu *game online* karena tidak menyadari bahwa perilaku *onlinenya* berlebihan. Para pecandu *game online* mampu duduk berlama – lama demi *game* dan bertahan disana tanpa menginginkan suatu gangguan yang mampu memecah konsentrasinya dalam bermain *game online*. Menurut Young (dalam Widiana, 2004), pecandu *game online* tidak dapat menghentikan keinginan untuk *online* sehingga kehilangan kontrol diri dari penggunaan *game online* dan kehidupannya. Seorang pecandu *game online* akan menghabiskan waktu berjam – jam bahkan secara ekstrim sehari hari berada di depan komputer atau *gadget* untuk *online*.

Kontrol diri adalah unsur yang penting untuk dapat terlepas dari kecanduan tersebut. Melawan keinginan untuk bermain dan mengurangi secara bertahap frekuensi bermain *game online*. Barbara (Rahmawati, 2007) berpendapat bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan impuls-impuls dan merupakan perasaan individu bahwa mereka dapat mengendalikan peristiwa disekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek – efek psikologis yang negatif dari stresor – stresor lingkungan.

Menurut Gottfredson & Hirschi dalam Wahdah (2016) individu yang memiliki kontrol diri yang rendah adalah individu yang mengikuti kata hati, tidak peka, egois, dan bertindak tanpa berpikir ulang, sedangkan individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mempunyai kedisiplinan diri dalam melakukan suatu hal, berpikir dengan matang sebelum melakukan sesuatu, dapat mengontrol dirinya dengan segi kesehatan dan etika sosial, kemudian mampu menyelesaikan tugas yang diberikan.

Fenomena yang peneliti temui saat ini remaja dan dewasa seakan tidak kenal waktu ketika bermain *game online*. Bermain *game online* dijadikan sebagai alasan untuk menghilangkan rasa bosan. Bermain *game online* dapat menyita banyak waktu sehingga dapat mengabaikan aktifitas – aktifitas penting yang dapat mereka lakukan. Berdasarkan survey awal dan wawancara yang telah peneliti lakukan pada tanggal 3 Desember 2020 yaitu sebagai berikut :

Subjek pertama, N usia 17 tahun :

*“Awalnya bermain game itu hanya mengisi waktu luang saja dan mencari kesibukan supaya tidak terlalu jenuh, tidak suntuk,*

*tetapi saya menjadi ketagihan untuk terus memainkannya karna saya dapat menemukan lawan dalam game itu dan tertantang untuk bisa menang sehingga saya jadi sering begadang, lupa makan”*

Berdasarkan hasil wawancara dengan N, terlihat bahwa subjek mudah terpengaruh dengan bermain *game onlines* sehingga membuat ia menjadi sering begadang serta lupa dengan waktu jam makan.

Subjek kedua, A usia 15 tahun :

*“Saya bermain game itu awalnya karna diajak teman, dan saya mulai tertarik untuk mendownload game itu, dan saya semakin sering memainkannya, kadang kadang saya lupa mengerjakan pekerjaan saya, lupa makan”*

Berdasarkan hasil wawancara dengan A, terlihat bahwa subjek mudah terpengaruh dengan ajakan temannya untuk bermain *games* sehingga ia menjadi lebih sering memainkan *gamenya*, lupa mengerjakan pekerjaannya, serta lupa dengan waktu jam makan.

Subjek ketiga, D usia 18 tahun :

*“Saya memainkan game online itu pada saat jam kosong saja, kadang – kadang saya memainkannya setelah selesai belajar”*

Berdasarkan hasil wawancara dengan D, terlihat bahwa subjek dapat mengontrol dirinya dengan baik terhadap *game online* karena ia dapat membatasi waktunya dalam memainkan *game online* tersebut dan ia hanya memainkan *game onlinenya* hanya pada jam kosong saja, dan tidak membuat dia ketagihan.

Wawancara selanjutnya kepada beberapa usia dewasa awal, seperti berikut

:



Subjek pertama, H usia 23 tahun

*“ Saya bermain game online itu awalnya karena saya melihat teman saya bermain game dan saya tertarik untuk mendownload aplikasi game tersebut, setelah saya coba, saya menjadi ketagihan hingga kadang – kadang saya lupa dengan jam makan serta menunda pekerjaan saya ”*

Berdasarkan hasil wawancara dengan H, terlihat bahwa subjek mudah terpengaruh terhadap *game online* karena dengan bermain *game online* tersebut ia menjadi ketagihan untuk memainkannya sehingga subjek kadang – kadang lupa dengan jam makan serta menunda pekerjaannya.

Subjek kedua, S usia 22 tahun :

*“ Saya bermain game online itu hanya di jam pas saya lagi istirahat kerja, pas lagi kesepian. Karna saya memainkan game online itu menurut saya hanya hiburan saja dan mengisi jam kosong saya ”*

Berdasarkan hasil wawancara dengan S, terlihat bahwa subjek dapat mengontrol dirinya dengan baik terhadap *game online* karena ia dapat membatasi waktunya dalam memainkan *game online*, dan subjek memainkan *game onlinenya* hanya untuk hiburan saja.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa remaja dan dewasa awal di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat, mereka mengatakan bahwa bermain *game online* dilakukan hampir setiap hari. Waktu yang mereka habiskan untuk bermain *game* dalam sehari berkisar antara 3 – 4 jam. Biasanya mereka bermain *game* di rumah, warung tempat mereka berkumpul, di tempat tongkrongan, bahkan di sekolah ketika waktu istirahat. Mereka memiliki keluhan fisik setelah berjam – jam bermain *game online*, seperti

mata perih, keram tangan, kesulitan tidur, dan pusing. Meski demikian mereka tetap melakukan aktivitas bermain *game online* setiap harinya. Ketika kuota internet mereka habis disaat bermain *game online*, beberapa responden mengatakan merasa sangat marah dan stress sehingga mereka akan langsung membeli kuota tersebut dan melanjutkan permainan. Dan beberapa responden lainnya mengatakan bahwa mereka sering berbohong kepada orang tua untuk membeli kuota dengan alasan kuota yang dibeli untuk keperluan tugas. Keinginan untuk menaikkan level *game* dan mengalahkan teman membuat mereka ingin terus bermain. Hal ini memperlihatkan bahwa mereka kurang mampu untuk mengontrol aktivitas bermain *game* yang mereka lakukan.

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, penulis sangat tertarik untuk mengangkat sebuah judul penelitian dengan judul **“Perbedaan Kontrol Diri Pada Pecandu *Game Online* Remaja dan Dewasa Awal Di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Tingginya intensitas bermain *game online* di Indonesia membuat para pemainnya menjadi pecandu *game online* dan mengabaikan serta melupakan kegiatannya sehari – hari guna dapat bermain *game* secara terus menerus. Sifat *game online* yang dapat memberikan efek ketagihan membuat mereka tidak dapat mengontrol keinginan untuk bermain sehingga menyebabkan tingginya intensitas bermain *game online* yang dirasakan oleh mereka. Masya dan Candra (2016) mengatakan bahwa tingginya tingkat bermain *game online* dapat terjadi karena

kurangnya kontrol diri dalam diri individu sehingga kurang mampu mengantisipasi dampak yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan. Artinya, apabila individu memiliki kontrol diri yang baik maka ia mampu mengelola dirinya serta mengontrol dirinya ketika bermain *game online* dan tidak bermain secara berlebihan.

Kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran, dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun dari luar sehingga mampu bertindak dengan benar. Individu yang lemah dalam mengendalikan dirinya tidak akan mampu mengendalikan perilaku – perilaku negatif yang akan berdampak buruk bagi kehidupannya. Salah satunya adalah mengontrol diri pada kecanduan bermain *game online*.

Kecanduan *gameonline* adalah orang yang terus bermaian *game* lebih dari 4 – 6 jam sehari. Menurut Pahlevi, 2011 (dalam Rochmah, 2011) individu yang kecanduan *game online* mempunyai keadaan akan kesulitan untuk lepas dari permainannya tersebut. Seseorang telah dikatakan kecanduan *game online* karena selalu membiasakan diri dengan *game online* baik sadar ataupun tidak. Soleman (dalam Rochmah, 2011) menurutnya individu yang bermain *game online* dapat menimbulkan perilaku negatif yaitu pertama dilihat secara sosial, hubungan dengan teman, keluarga jadi semakin renggang karena waktu bersama mereka menjadi jauh berkurang, keterampilan sosial berkurang, sehingga semakin merasa sulit berhubungan dengan orang lain. Kedua dilihat secara psikis, pikiran menjadi terus menerus memikirkan permainan yang sedang dimainkan, menjadi sulit berkonsentrasi terhadap studi, pekerjaan, sering bolos, terkadang juga sampai

menghindari pekerjaan. Ketiga dilihat secara fisik, berat badan menurun karena lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak dari pemain yang bermain *game online* disertai aktivitas makan makanan kecil dan kurang berolahraga, terkena paparan cahaya radiasi komputer maupun *smartphone* yang dapat merusak saraf mata dan otak, kesehatan jantung menurun akibat kurang beristirahat selama bermain *game online*, ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena keasyikan bermain.

### C. Batasan Masalah

Untuk mempermudah pembahasan dalam penelitian ini dan untuk menjaga agar tidak meluasnya permasalahan yang akan dibahas, maka penulis membatasi masalah ini hanya pada perbedaan kontrol diri pada pecandu *game online* ditinjau dari usia remaja (usia 12-20 tahun) dan dewasa awal (usia 21-40 tahun).

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan kontrol diri pada pecandu *Game Online* remaja dan dewasa awal di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat ?

### E. Tujuan Penelitian

Adapun penelitian yang dilakukan ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar Perbedaan Kontrol Diri Pada Pecandu *Game Online* Ditinjau dari Usia Remaja Dan Dewasa Awal Di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat.

## F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis yaitu :

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan serta penambahan pengetahuan terkhusus pada ilmu Psikologi Perkembangan karena melibatkan perkembangan remaja dan dewasa.

### 2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberi manfaat yang praktis dengan memberi penjelasan pada masyarakat khususnya Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat, mengenai kontrol diri pecandu *game online* pada remaja dan dewasa awal dalam ruang lingkup desa serta memberi gambaran maupun informasi tentang pecandu *game online* yang berkaitan dengan kontrol diri pada remaja dan dewasa awal dalam ruang lingkup desa bagi para pembaca.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan salah satu periode dalam rentangan kehidupan manusia, dimana individu meninggalkan masa kanak-kanaknya dan mulai memasuki masa dewasa. Oleh karena itu periode remaja dapat dikatakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa atau bias dikatakan periode rentangan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Dalam masa ini individu mengalami banyak tantangan dalam perkembangannya, baik dari dalam diri maupun dari luar diri terutama lingkungan social. Disisi lain, masa remaja adalah bagian dari perjalanan hidup dan karena itu bukanlah merupakan masa perkembangan yang terisolasi. Walaupun remaja mempunyai ciri unik, yang terjadi pada masa remaja saling berkaitan dengan perkembangan dan pengalaman pada masa anak-anak dan dewasa (Santrock,2003).

Masa remaja menurut Mappiare ( dalam Mohammad Ali & Mohammad Asroni, 2004), berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi 2 bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.

Papalia dan koleganya (dalam Putro, 2008) menyatakan bahwa masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 tahun sampai masa remaja akhir atau awal usia dua puluhan, dan masa tersebut membawa perubahan besar saling bertautan dengan semua ranah perkembangan. Selanjutnya menurut Monks (dalam Putro, 2002) masa remaja berlangsung antara usia 12 sampai usia 21 tahun dan terbagi menjadi masa remaja awal usia 12 – 15 tahun, masa remaja pertengahan usia 15 – 18 tahun, dan masa remaja akhir usia 18 – 21 tahun.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (usia 12 sampai dengan 21 tahun) dan biasanya masa ini dianggap sebagai periode badai dan tekanan.

## **2. Ciri-Ciri Masa Remaja**

Masa remaja adalah masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja :

- 1) Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal sebagai masa storm dan stres. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya.
- 2) Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai kematangan seksual.

Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri

dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.

- 3) Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal – hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih mantang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal - hal yang lebih penting.
- 4) Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena telah mendekati dewasa.
- 5) Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Disatu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi disisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan ini, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab ini.

### **3. Tugas – tugas perkembangan masa remaja**

Adapun tugas – tugas perkembangan masa remaja Menurut Hurlock (Mohammad Ali & Mohammad Asroni, 2011) adalah :

- 1) Mampu menerima keadaan fisiknya
- 2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- 3) Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis
- 4) Mencapai kemandirian emosional
- 5) Mencapai kemandirian ekonomi
- 6) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat
- 7) Memahami dan menginternalisasikan nilai – nilai orang dewasa dan orang tua
- 8) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa
- 9) Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan
- 10) Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

## **B. Dewasa Awal**

### **1. Pengertian Dewasa Awal**

Menurut Hurlock (2002) orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama orang dewasa lainnya. Masa dewasa dini adalah masa pencaharian kemandapan dan masa reproduktif yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai – nilai, kreativitas, dan penyesuaian diri pada

pola hidup yang baru. Usia dewasa awal dari umur 18 tahun hingga kurang lebih 40 tahun.

Individu yang tergolong dewasa muda (*young adulthood*) ialah mereka yang berusia 20 samapai 40 tahun, memiliki peran dan tanggung jawab yang tentu saja semakin besar. Individu tidak harus bergantung secara ekonomis, sosiologis, maupun psikologis pada orang tuanya (Dariyo, 2003).

Diungkapkan oleh Erikson (dalam Monks, Knoers & Haditono,2001), bahwa tahapan dewasa awal yaitu anatara usia 20 tahun samapai usia 30 tahun. Pada tahapan ini manusia mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat.

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa dewasa awal adalah individu yang menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat, pertumbuhan dan perkembangan aspek – aspek fisiologis telah mencapai posisi puncak dan berusia 20 – 40 tahun.

## 2. Ciri-ciri Dewasa Awal

Hurlock (2011) menguraikan ciri-ciri dewasa awal, sebagai berikut :

### a. Masa dewasa awal sebagai masa pengaturan

Pada masa ini individu menerima tanggung jawab sebagai orang dewasa. Yang berarti seorang pria mulai membentuk bidang pekerjaan yang ditangani sebagai karirnya, dan wanita diharapkan mulai menerima tanggung jawab sebagai ibu dan pengurus rumah tangga.

### b. Masa dewasa awal sebagai usia produktif



Orang tua merupakan salah satu peran yang paling penting dalam hidup orang dewasa. Orang yang kawin berperan sebagai orang tua waktu saat ia berusia dua puluh atau tiga puluh tahun.

c. Masa dewasa awal sebagai masa bermasalah

Dalam tahun-tahun awal masa dewasa banyak masalah baru yang harus dihadapi seseorang. Masalah-masalah baru ini dari segi utamanya berbeda dengan dari masalah yang sudah dialami sebelumnya.

d. Masa dewasa awal sebagai masalah ketegangan emosional

Pada masa ini banyak individu sudah mampu memecahkan masalah-masalah yang mereka hadapi secara baik sehingga lebih stabil dan lebih tenang.

e. Masa dewasa awal sebagai masa keterasingan sosial

Keterasingan diintensikan dengan adanya semangat bersaing dan hasrat kuat untuk maju dalam karir, sehingga keramah tamahan masa remaja diganti dengan persaingan dalam masyarakat dewasa.

f. Masa dewasa awal sebagai masa komitmen

Setelah menjadi orang dewasa, individu akan mengalami perubahan dimana mereka akan memiliki tanggung jawab sendiri dan komitmen-komitmen sendiri.

g. Masa dewasa awal sebagai masa ketergantungan

Meskipun telah mencapai status dewasa, banyak individu yang masih tergantung pada orang-orang tertentu dalam jangka waktu yang berbeda-beda.

h. Masa dewasa awal sebagai masa perubahan nilai

Perubahan nilai ini disebabkan karena beberapa alasan yaitu, individu ingin diterima oleh anggota kelompok orang dewasa, individu menyadari bahwa kelompok sosial berpedoman pada nilai-nilai konvensional dalam hal keyakinan dan perilaku.

i. Masa dewasa awal sebagai masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru.

Masa individu banyak mengalami perubahan dimana gaya hidup baru paling menonjol di bidang perkawinan dan peran orang tua.

j. Masa dewasa awal sebagai masa kreatif

Orang yang dewasa tidak terikat lagi oleh ketentuan dan aturan orang tua maupun guru-gurunya sehingga bebas untuk berbuat apa yang mereka inginkan, bentuk kreatifitas ini tergantung dengan minat dan kemampuan individual.

### 3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Menurut Hurlock (2009) membagi tugas perkembangan dewasa awal, antara lain :

- a. Mendapatkan suatu pekerjaan
- b. Memilih seorang teman hidup

- c. Belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga
- d. Membesarkan anak – anak
- e. Mengelola sebuah rumah tangga
- f. Menerima tanggung jawab sebagai warga negara
- g. Bergabung dalam suatu kelompok sosial

### C. Pecandu *Game Online*

#### 1. Pengertian Pecandu

Dalam bahasa Indonesia, pecandu diartikan sebagai penggemar, sedangkan mencandu diartikan sudah lekat pada suatu kesukaan (Poerwadarminta dalam Swandarini, 2007). Dalam bahasa Inggris, *addict* diartikan sebagai seseorang yang gemar pada sesuatu hal, sedangkan *addiction* diartikan sebagai keadaan seseorang yang mempunyai keinginan kuat terhadap sesuatu hal (Sinclair dalam Swandarini, 2007).

Soetjipto (2007 dalam Pratiwi dkk, 2012:2) menyebutkan bahwa kecanduan adalah suatu gangguan yang sifatnya kumat – kumatan atau kronis, ditandai dengan perbuatan kompulsif yang dilakukan seseorang secara berulang-ulang untuk mendapatkan kepuasan pada aktivitas tertentu. Istilah kecanduan juga digunakan untuk menyebut ketergantungan pada permasalahan sosial seperti judi, kompulsif makan, adiksi shopping, bahkan internet khususnya *game online*.

Yee (2006) mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang

menghabiskan banyak waktu seta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol diri atau mengendalikan diri dari *game* tersebut.

Arthur (Santoso dan Purnomo 2017) mendefenisikan kecanduan adalah suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang-ulang dan dapat menimbulkan dampak negative. Young (2000) menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *computer game addiction*.

Pranitika, dkk, (2014) seorang pecandu *game online* akan menghabiskan waktunya berjam-jam berada di depan komputer untuk bermain *game*.

## 2. Kecanduan *Game Online*

*Game online addiction* merupakan kesenangan dalam bermain karenamemberi rasa kepuasan tersendiri, sehingga ada perasaan untuk mengulangi lagi kegiatan yang menyenangkan ketika bermain *game online*. Kecanduan *game online* merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* dan menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya (Feprinca 2008:8).

Aktivitas dari bermain *game online* yang berlebihan dapat menimbulkan kecanduan (King & Delfabbro, 2019). Menurut DSM-V kecanduan *game online* atau disebut juga sebagai *Internet Gaming Disorder* adalah penggunaan internet secara terus menerus dan berulang untuk bermain *game* (APA, 2013). Xu dkk. (2012) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai keadaan psikologis maladaptif dengan pola obsesif – kompulsif bergantung pada *game online* dan

perilaku tersebut menyebabkan seseorang mengorbankan kegiatan penting lainnya.

Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. Seperti yang disebutkan Young (2000 dalam Azis 2011:14) yang menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *computer game addiction* (berlebihan dalam bermain *game*).

Lemmensdkk (2009) mendefinisikan kecanduan *game* sebagai penggunaan berlebihan dan kompulsif pada video *game* atau *game* komputer yang mengakibatkan masalah sosial dan atau emosional. Meski mengalami masalah ini, pemain tidak dapat mengontrol penggunaan berlebihan tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Kecanduan *game online* adalah keinginan untuk bermain secara terus – menerus dalam memainkan *game online* untuk mendapat kepuasan tersendiri sehingga akan sulit berhenti atau membatasinya.

### **3. Faktor-faktor Kecanduan Game Online**

Menurut DSM-V faktor yang dapat mempengaruhi kecanduan bermain *game online* yaitu adanya dukungan dari lingkungan yang berupa alat yang dapat terhubung ke internet, faktor usia dan jenis kelamin (remaja laki – laki lebih rentan mengalami kecanduan *game online*), serta faktor genetik meskipun kejelasan faktor ini masih dipertanyakan (APA, 2013).

Menurut World Health Organization (WHO), ketergantungan muncul pada konteks sosial (Desjarlais dan Eisenberg dalam Swandariani, 2007). Faktor



yang mempengaruhi ketergantungan antara lain kemauan si pemakai, norma masyarakat, respon sosial dan adanyadukungan finansial. Selain faktor – faktor tersebut ketergantungan juga berkaitan dengan frustasi, ketidakpuasan dan keinginan untuk keluar dari situasi sosial yang tidak menyenangkan.

Dalam Widiana (2004), dijelaskan beberapa faktor yang memberi kontribusi terjadinya kecanduan *game online* :

- a. Interaksi antara pengguna *game online* dalam komunikasi dua arah.
- b. Kurangnya pengawasan dari lingkungan sekitar.
- c. Ketersediaan fasilitas *game online*.
- d. Motivasi individu pengguna *game online*.
- e. Kurangnya kemampuan individu dalam mengontrol perilaku.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet atau *game online* menurut Young ( Martanto 2014), antara lain :

- a. Ciri khas (*salience*)

Biasanya dikaitkan dengan pikiran-pikiran yang berlebihan secara mencolok terhadap bermain *game*. Memikirkan *game* bahkan ketika *offline* atau berfantasi mengenai bermain *game* saat harus berkonsentrasi dengan hal lain misalnya tugas atau pekerjaan lainnya, bahkan bermain *game* akan menjadi prioritas utama pemain (Young, 2009).

- b. Penggunaan yang berlebihan (*excessive use*)

Penggunaan atau bermain *game online* yang terlalu banyak biasanyadikaitkan dengan hilangnya pengertian tentang penggunaan waktu atau pengabaian kebutuhan – kebutuhan dasar dalam

kehidupannya misalnya makan, tidur, bahkan mandi. Individu biasanya menyembunyikan waktu *online* dari keluarga atau orang terdekat.

c. Pengabaian pekerjaan (*neglect to work*)

Individu mengabaikan pekerjaannya karena aktivitas *game online*, produktivitas dan kinerja menurun karena bermain *game*. Tugas dan pekerjaan akan diabaikan karena pemain lebih memprioritaskan *game*.

d. Antisipasi (*anticipation*)

Bermain *game online* digunakan sebagai sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan sementara masalah yang terjadi dalam kehidupan nyata pemain. Karena kebiasaan ini, pemain akan terbiasa melarikan diri dari permasalahan melalui *game online* dan lama kelamaan akan menjadi kebiasaan dan mendominasi pikiran dan bahkan perilakunya. Bermain *game* digunakan sebagai strategi coping dari masalah yaitu sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan permasalahan yang terjadi di kehidupan nyata, lama kelamaan aktivitas internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam hidup sehingga mendominasi pikiran, perasaan dan perilakunya.

e. Mengabaikan akan kehidupan sosial (*neglect to social life*)

Pemain akan mengabaikan kehidupan sosialnya dan mengorbankan kegiatan sosial untuk bermain *game*. Kegiatan bermain *game* yang dilakukan secara terus menerus akan mengurangi waktu sosialnya.

f. Ketidakmampuan mengontrol diri (*lack of control*)

Ketidakmampuan mengontrol diri akan menimbulkan banyaknya waktu yang digunakan untuk bermain *game online* baik dalam intensitas maupun durasi. Penggunaan waktu yang tidak terkontrol akan berakibat buruk pada kesehatan.

Jadi beberapa hal yang menjadikan seseorang kesulitan berhenti bermain *game online* adalah karena *game online* yang telah mendominasi pikiran sehingga pemain akan menggunakan banyak waktunya untuk bermain *game* dan terbiasa mengabaikan pekerjaan atau tanggung jawabnya serta kehidupan sosialnya. Selain itu kebiasaan pemain bermain *game online* untuk melarikan diri dari masalah sehari-hari dan ketidakmampuan individu dalam mengontrol atau mengendalikan dirinya akan membuat seseorang tidak bisa melepaskan diri dari bermain *game online* yang berlebihan.

#### 4. Aspek – Aspek Kecanduan *Game Online*

Lemmens dkk tahun 2009, dengan mengacu pada tujuh aspek kecanduan *game online* berikut :

a. *Saliency* (Arti)

Bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu dan mendominasi pikiran, perasaan (selalu merasa ingin melakukannya), dan perilaku (melakukan secara berlebihan)

b. *Tolerance* (Toleransi)

Terkait dengan proses dimana seseorang mulai bermain *game* lebih sering, sehingga secara bertahap membangun jumlah waktu yang dihabiskan untuk

*game*. Pemain kesulitan menghentikan aktifitas bermain *game online* dan bahkan menambah waktu bermainnya.

c. *Mood Modification* (Modifikasi Mood)

Modifikasi suasana hati dapat mencakup penenang diri atau perasaan santai yang terkait dengan pelarian dari permasalahan dan stres, yang menjadi pengalaman subjektif seseorang akibat bermain *game*. Pemain *game online* akan merasakan suatu perubahan mood yang meningkat dan membaik ketika ia mulai bermain *game online*.

d. *Relapse* (pengulangan)

Aktivitas bermain *game online* yang berlebihan cenderung mendorong individu untuk secara cepat kembali mengulangi perilaku bermain *game online* setelah tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol.

e. *Withdrawal* (penarikan)

Aspek ini terkait dengan emosi yang tidak menyenangkan dan atau efek fisik yang terjadi ketika bermain *game* tiba – tiba berkurang atau dihentikan. Oleh karena itu pemain *game online* akan semakin kesulitan dalam menarik dirinya dari kebiasaan bermain *game online* yang berlebihan.

f. *Conflict* (Konflik)

Dalam hal ini mengacu pada semua konflik antar pribadi dihasilkan dari bermain *game* yang berlebihan. Konflik terjadi antara pemain dan orang – orang di sekitarnya. Konflik dapat mencakup argumen dan pengabaian atau juga kebohongan. Ketika pemain dalam tahap kecanduan, mereka akan

mengabaikan kehidupan sosialnya demi fokus pada aktivitas gamingnya. Hal tersebut tentu saja membuatnya memiliki konflik dengan orang – orang disekitarnya.

g. *Problems* (Masalah)

Aspek ini mengacu pada masalah yang disebabkan karena bermain *game* berlebihan. Masalah dengan lingkungan sosial, maupun yang timbul dalam diri individu, seperti konflik intrapsikis dan perasaan subjektif dari hilangnya kontrol. Masalah – masalah yang dapat dihadapi oleh pecandu *game online* dapat bersifat fisik maupun sosial. Secara fisik, pemain yang berlebihan dalam bermain *game online* akan mengganggu tidur dan kebutuhan lainnya, sehingga akan mengganggu kerja tubuh yang membutuhkan istirahat dan pemenuhan kebutuhan yang cukup. Pecandu juga akan mengalami masalah dengan sosial seperti yang disebutkan dalam aspek konflik sebelumnya.

## 5. Ciri – ciri Pecandu *Game Online*

Young (dalam Widiana, 2004) mengungkapkan bahwa perasaan bergairah, gembira dan riang merupakan penguat bentuk kecanduan pada penggunaan *game online*. Pecandu menemukan perasaan yang tidak menyenangkan seperti kesepian, tidak terpuaskan, dihalangi, cemas, frustrasi, dan sedih.

Tanda – tanda seseorang mengalami kecanduan *game online* antara lain (Young dalam Widiana, 2004) :

- a. Perhatian tertuju pada aktivitas *online*.



- b. Ingin bermain dalam jumlah waktu yang semakin meningkat untuk mendapatkan kepuasan.
- c. Tidak dapat mengontrol, mengurangi, atau menghentikan kegiatan bermain *game online*.
- d. Merasa gelisah, tertekan atau lekas marah ketika mengurangi atau menghentikan bermain *game online*.
- e. *Online* lebih lama dari waktu yang direncanakan.
- f. Bermain *game online* sebagai cara untuk melepaskan diri dari berbagai permasalahan atau melepaskan diri dari perasaan yang tidak menyenangkan.
- g. Selalu kembali bermain *game online* walaupun sudah banyak menghabiskan uang untuk bermain.
- h. Kecenderungan untuk menarik diri ketika *offline*.
- i. Berani mengambil resiko kehilangan hubungan dengan orang terdekat, pekerjaan, pendidikan, kesempatan berkarir karena *game online*.
- j. Berbohong terhadap anggota keluarga untuk menyembunyikan tingkat hubungan dengan *game online*.

## **D. Kontrol Diri**

### **1. Pengertian Kontrol Diri**

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat

dikembangkan dan digunakan individu selama proses – proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya (Ghufron & Risnawita, 2018).

Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron & Risnawita, 2018) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses – proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfried dan Marbaum (Ghufron & Risnawati, 2018) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Dalam Kartini Kartono (2009) *self control* atau kontrol diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Menurut Mahoney dan Thoresen (dalam Ghufron & Risnawita, 2018) kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara – cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

Berdasarkan definisi – definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan, mengatur dan mengarahkan perilaku dan dorongan – dorongan dalam dirinya dan mengarahkannya ke arah konsekuensi positif. Selain itu, kontrol diri dapat dimaknai sebagai pengendalian tingkah laku dengan melakukan pertimbangan sebelum bertindak atau pengendalian terhadap rekasi impulsif berupa hal-hal yang menyenangkan sehingga tidak terbawa pada hal – hal tersebut dan merugikan diri sendiri.

## 2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (Ghufron & Risnawita, 2018) menyebutkan kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decesional control*)

### 1. Kontrol Perilaku (*behavior control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modificability*).

### 2. Kontrol Kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau

menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.

### 3. Mengontrol keputusan (*decesional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Mengacu pada aspek – aspek kontrol diri, sebagaimana ditemukan oleh Averil (Ghufron & Risnawita, 2018) dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengontrol diri mencakup :

- a. Kemampuan mengontrol perilaku
- b. Kemampuan mengontrol stimulus
- c. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian
- d. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian
- e. Kemampuan mengambil keputusan.

### 3. Ciri-ciri Kontrol Diri

Menurut Thompson (dalam Smet, 1994 : 95) ciri – ciri kontrol diri antara lain :

- a) Kemampuan untuk mengontrol perilaku atau tingkah laku impulsif yang ditandai dengan kemampuan menghadapi stimulus yang tidak diinginkan.

- b) Kemampuan menunda kepuasan dengan segera untuk keberhasilan mengatur perilaku dalam mencapai sesuatu yang lebih berharga atau diterima dalam masyarakat.
- c) Kemampuan mengantisipasi peristiwa yaitu kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara relatif obyektif. Hal ini didukung dengan adanya informasi yang dimiliki individu.

#### 4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya kontrol diri dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah (Ghufroon & Risnawita, 2018) :

##### a) Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, akan semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

##### b) Faktor Eksternal

Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga, dalam lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak. Dikemudian akan menjadi kontrol diri baginya.



Jadi, kontrol diri pada seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal baik yang berasal dari diri sendiri (internal), maupun dari luar individu (eksternal). Faktor internal dapat berupa kematangan yang dapat ditunjukkan dengan kemampuan untuk memilih hal yang baik untuk masa depan dengan tidak tergesa-gesa serta manipulasi stimulus sehingga dapat mendorong diri melakukan hal sulit tapi baik untuk diri. Sedangkan faktor eksternal yaitu pengaruh dari luar diri individu, seperti pola asuh atau pengaruh lingkungan sekitarnya.

#### **E. Perbedaan Kontrol Diri Pada Pecandu *Game Online* Remaja dan Dewasa Awal**

Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku ini memiliki makna untuk melakukan pertimbangan – pertimbangan terlebih dahulu sebelum bertindak atau memutuskan sesuatu. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku (Ghufron & Risnawita, 2010). Kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran, dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun dari luar sehingga mampu bertindak dengan benar. Individu yang lemah dalam mengendalikan dirinya tidak akan mampu mengendalikan perilaku – perilaku negatif yang akan berdampak buruk bagi kehidupannya. Salah satunya adalah mengontrol diri pada kecanduan bermain *game online*.

Berkembangnya teknologi internet saat ini membuat kita bisa mengakses apapun tanpa ada batasan. Internet dapat menjadi sumber utama dalam membuka

wawasan masyarakat seperti halnya banyaknya permainan yang ada di internet atau bisa disebut *game online*. Kehadiran *game online* ditengah – tengah pesatnya teknologi telah membawa dampak besar terhadap perkembangan pribadi dan adaptasi individu. Bahkan tidak sedikit individu yang berubah menjadi pecandu *game* sehingga lupa pada jati diri mereka yang sesungguhnya. Kecanduan *game online* menyebabkan adanya sifat – sifat yang berhubungan dengan ketidakmampuannya dalam mengatur perilaku, dalam hal ini memicu individu untuk melakukan hal – hal yang negatif seperti marah, pemalas, pembohong, dan sebagainya. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan kecanduan adalah rendahnya kontrol diri yang dimiliki dalam diri individu.

Fenomena yang terjadi saat ini adalah maraknya penggunaan *game online* yang tidak mengenal waktu dan juga usia. *Game online* telah menarik perhatian sebagian besar pengguna internet di Indonesia. Tingginya tingkat penggunaan *game online* menyebabkan individu tidak dapat berjauhan dengan *smartphone*. Seseorang melakukan suatu kegiatan dikarenakan adanya dorongan dalam dirinya dan kegiatan yang dilakukan secara terus – menerus sering disebut intensif. Intensitas juga berhubungan dengan frekuensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilakukan (Simatupang, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017).

Masa remaja lekat dengan *stereotype* periode bermasalah (Hurlock, 2010), yang memungkinkan percobaan terhadap hal baru tersebut berisiko menjadi perilaku bermasalah. Akibatnya, remaja yang kecanduan *game online* cenderung kurang tertarik terhadap kegiatan lain, merasa gelisah saat tidak dapat bermain

*game online* (Jannah, Mudjiran, & Nirwana, 2015), penurunan prestasi akademik, relasi sosial, dan kesehatan ( Ghuman & Griffiths, 2012).

Menurut Kay (Syamsu Yusuf, 2006:72 – 73) mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsi – prinsip atau falsafah hidup. Remaja yang memiliki kontrol diri, akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku – perilaku yang melanggar aturan atau norma – norma yang ada di masyarakat.

Penelitian yang dilakukan oleh Herlina (2004) mengenai hubungan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet di Jogjakarta menunjukkan adanya hubungan yang negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet salah satunya yaitu kecanduan *game online*. Sehingga semakin tinggi kontrol diri seseorang dalam mengatur tingkah laku dan menahan dirinya, maka semakin kecil kemungkinan untuk mengalami kecanduan terhadap *game online*, sebaliknya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh seseorang, maka semakin besar kemungkinan untuk mengalami kecanduan terhadap *game online*.

Selanjutnya, penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mulyana dan Puspita (2018) mengenai kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja akhir memiliki hasil hubungan yang negatif artinya semakin tinggi kontrol diri, maka akan semakin rendah pula perilaku kecanduan *game online* pada remaja akhir. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Budhi dan Indrawati (2016) menunjukkan terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan intensitas

bermain *game online* pada mahasiswa pemain *game online* di *game center X* Semarang.

Pernyataan tersebut juga dibuktikan oleh hasil penelitian Gluek dan Gluek (dalam Nurmala, 2007) bahwa remaja sering melakukan tindakan yang melanggar norma sosial akan memiliki sifat yang lebih impulsif dan destruktif karena mereka cenderung lebih agresif untuk melakukan dorongan dari dalam dirinya tanpa perhitungan yang lebih matang, karena remaja yang tidak dapat mengontrol diri menggunakan internet akan dikatakan sebagai seorang pecandu internet.

*Game online* yang awalnya banyak dimainkan oleh anak – anak dan remaja sekarang juga banyak dimainkan oleh orang dewasa. Ditambah dengan kemajuan teknologi yang semakin berkembang, *game* tidak hanya dimainkan di komputer tetapi sudah bisa dimainkan di *smartphone*. Dengan begitu seseorang menjadi lebih mudah dalam memainkan *game online*, dimanapun, kapanpun orang bisa memainkannya. Masa dewasa awal adalah masa bermasalah. Individu dihadapkan dengan berbagai perubahan dalam hidupnya. Individu dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan segala perubahan yang terjadi. . individu yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik akan mengalami kesulitan seperti keterasingan sosial. Hal tersebut tentu dapat membuat idividu merasakan kesepian. Dalam mengatasi kesepian sering kali individu mencari hiburan untuk menghilangkan rasa sepi. Salah satu cara yang dilakukan individu dalam mengatasi kesepian yaitu dengan bermain *game online*, namun penggunaan *game online* dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kecanduan.

Peneliti menggunakan usia dewasa, karena pada usia tersebut individu telah mengalami eksplorasi identitas (relasi romantis dan pekerjaan), terlibat dalam kewajiban sosial, melakukan tugas dan berkomitmen terhadap orang lain, kemandirian ekonomi, dan bertanggung jawab atas konsekuensi dari tindakannya sendiri (Arnet, 2011). Pada masa dewasa awal individu telah menjadi seorang mahasiswa, mulai mencari pekerjaan, bahkan telah mempunyai pasangan hidup, sehingga beban yang dialami dari hari ke hari semakin bertambah. Biasanya mereka memilih suatu kegiatan untuk dijadikan sebagai selingan atau pelarian ketika merasa lelah dari pekerjaannya, salah satu selingannya adalah dengan bermain *game online*. Seperti yang dialami subjek, dimana awalnya mereka bermain *game* hanya untuk mengurangi rasa bosan ketika sedang bekerja, dan mengikuti ajakan teman untuk bermain *game*, namun lama kelamaan mereka jadi terus – terusan bermain *game* dengan menunda atau bahkan meninggalkan pekerjaan.

Young (1996) dalam penelitiannya memperoleh hasil yang sama dimana subjek merasa gelisah dan lekas marah jika tidak berada di depan komputer atau handphone. Hal tersebut disebabkan karena subjek merasa mendapatkan kegembiraan melalui aktivitas *online* seperti merasa sangat lega, dan bangga akan kehebatannya ketika bermain *game*.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Griffiths (2009), para pemain *game* mengorbankan aktivitas yang lain untuk bisa bermain *game*, mereka mengorbankan waktu dan hobi yang lain, mengorbankan waktu untuk tidur, bekerja ataupun belajar. Berdasarkan fenomena tersebut, *gamer* tidak bisa



mengontrol perilakunya untuk tidak bermain *game*, sehingga ketika melihat *handphone* atau laptop, *gamer* langsung memiliki keinginan yang kuat untuk bermain *game*. Apabila tidak terpenuhi, individu akan merasa gelisah dan merasa cepat marah.

Berdasarkan uji hipotesis penelitian yang dilakukan oleh Novita (2016) mengungkapkan kontrol diri pada individu dewasa memiliki tingkat kecanduan yang tinggi. Hal ini disebabkan adanya faktor kondisi psikologis, dimana kecanduan timbul akibat masalah emosional seperti tekanan akibat pekerjaan, sehingga sering menggunakan dunia fantasi di internet sebagai pengalihan secara psikologis terhadap perasaan – perasaan yang tidak menyenangkan atau situasi yang menimbulkan stres.

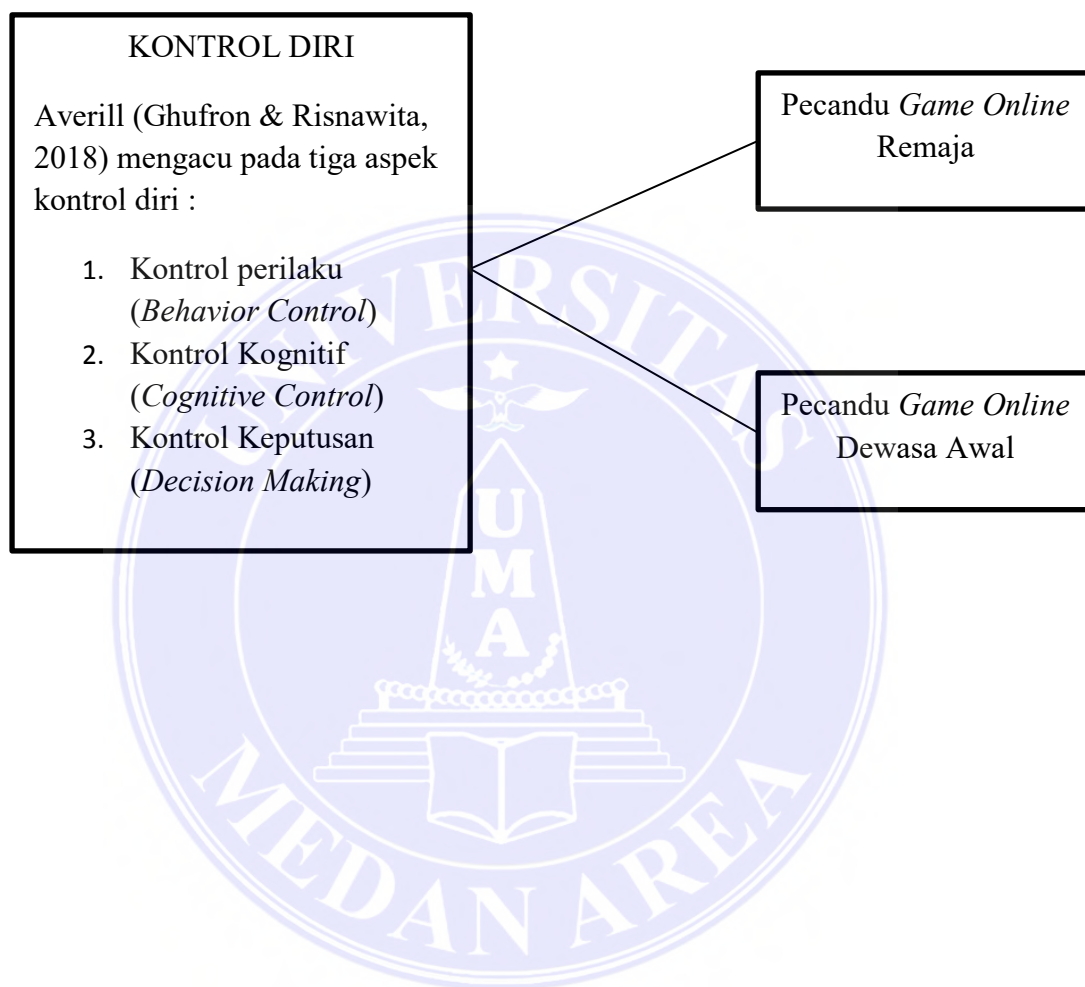
Sejalan dengan pendapat tersebut, Widarti (2010) mengungkapkan bahwa individu dewasa yang memiliki kontrol diri yang rendah dapat mengalami kecanduan *game* dikarenakan faktor kondisi sosial ekonomi, dimana individu yang telah bekerja memiliki fasilitas dan sejumlah gaji yang memungkinkan individu untuk membeli hal – hal yang dapat menunjang kegiatannya dalam bermain *game*.

Kontrol diri yang rendah mengakibatkan sifat impuls yang ditunjukkan oleh ketidakmampuan menunda kepuasan (Dacey dan Travers dalam Miladiyani, 2008). Kontrol diri yang tinggi terhadap penggunaan *game online* dapat terjadi apabila individu mampu mengarahkan dan mengatur perilaku *onlinenya*. Selain itu, individu tersebut mampu mengatur penggunaan *game online* sehingga tidak tenggelam dalam *game online*, mampu menggunakan *game online* sesuai dengan

kebutuhan, mampu memadukan aktivitas *onlined* dengan aktivitas – aktivitas lain dalam kehidupannya dan tidak memerlukan *game online* sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah (Widiana, 2004).



## F. Kerangka Konseptual



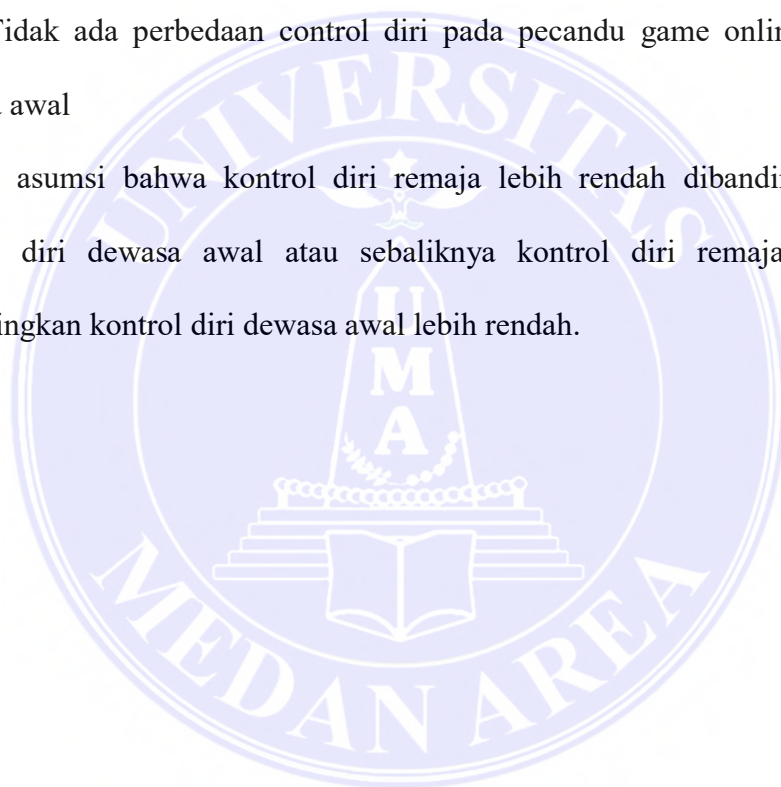
## G. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah

Ha : Ada perbedaan kontrol diri pada pecandu *game online* remaja dan dewasa awal

Ho : Tidak ada perbedaan kontrol diri pada pecandu *game online* remaja dan dewasa awal

dengan asumsi bahwa kontrol diri remaja lebih rendah dibandingkan dengan kontrol diri dewasa awal atau sebaliknya kontrol diri remaja lebih tinggi dibandingkan kontrol diri dewasa awal lebih rendah.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang diambil menggunakan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Pada dasarnya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil (Azwar, 2007).

Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode komparatif dikarenakan kesesuaiannya dengan tujuan penelitian, yaitu melihat perbedaan skor kontrol diri pecandu *game online* pada remaja dan dewasa awal.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah simbol yang nilainya dapat bervariasi yaitu angkanya dapat berbeda – beda dari satu subjek ke subjek yang lain atau dari satu objek ke objek yang lain. Variasi angka termasuk tidak hanya dalam arti variasi kuantitatif akan tetapi juga dapat mengandung arti variasi kualitatif. Identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel – variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsinya masing – masing (Azwar, 2012). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kontrol diri.



### C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel ini dimaksud agar pengukuran variabel dalam penelitian lebih terarah sesuai dengan metode yang dipersiapkan. Adapun definisi operasional dari variabel penelitian tersebut, sebagai berikut :

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menolak atau mengubah respon diri pada diri serta kemampuan untuk menyela dan mengendalikan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan sehingga dapat menahan diri dari melakukan perilaku tersebut untuk mendapatkan konsekuensi positif dan menghindari konsekuensi negatif.

Dalam pengambilan data, skala yang digunakan melalui teori dari Averill (dalam Ghufroon & Risnawita, 2018) mengemukakan ada tiga aspek kontrol diri antara lain : Kontrol perilaku (*Behavior Control*), Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*), Kontrol Keputusan (*Decision Making*)

### D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja dan dewasa awal yang mengalami kecanduan *game online* di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat.

Dalam penentuan populasi, peneliti melakukan penyebaran *sreening* data yang diambil dari ciri – ciri pecandu *game online* dari teori Young (dalam

Widiana, 2004). Ciri – ciri tersebut dibuat menjadi pernyataan dan disebar melalui *googleform* untuk kemudian diisi dengan pilihan jawaban “ya” dan “tidak”. Dari hasil *sreening* data pecandu *game online* diperoleh populasi sebanyak 124 orang, dengan jumlah remaja sebanyak 73 orang dan dewasa awal sebanyak 51 orang. Setelah dilakukan *screening* untuk pecandu *game online* maka diperoleh sebanyak 66 orang yang mengalami kecanduan *game online*, yaitu remaja berjumlah 36 orang dan dewasa awal berjumlah 30 orang.

## 2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *total sampling*, dimana menurut Sugiyono (2007) teknik *total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

## 3. Sampel

Sampel adalah suatu prosedur pengambilan data, dimana hanya sebagian populasi saja yang diambil dan digunakan untuk menentukan sifat serta ciri yang dikehendaki dari suatu populasi (Siregar, 2017). Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah remaja dan dewasa awal di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat yang berjumlah sebanyak 66 orang diantaranya remaja berjumlah 36 orang dan dewasa awal berjumlah 30 orang yang diperoleh dari hasil *screening* data dari ciri – ciri pecandu *game online*.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Angket disebut juga sebagai kuesioner adalah teknik pengumpulan data

dengan cara mengirimkan suatu daftar pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk diisi. Metode ini penulis gunakan untuk memperoleh data tentang perbedaan kontrol diri ditinjau dari usia remaja dan dewasa awal pada pecandu *game onlinedi* Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat. Angket disusun dengan menggunakan teknik pengukuran skala *Likert*. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat atau persepsi tentang fenomena sosial. Teknik ini digunakan untuk menjelaskan secara lebih rinci aspek – aspek yang terdiri dari beberapa indikator, kemudian dijadikan sebagai item – item untuk menyusun pertanyaan. Dalam penelitian ini digunakan satu skala, yaitu skala kontrol diri yang akan disebar kepada remaja dan dewasa awal.

### 1) Skala Kontrol Diri

Skala yang digunakan dalam penelitian adalah skala yang mengacu pada aspek kontrol diri yang dikemukakan Averill (dalam Ghufon & Risnawita, 2018) yang terdiri dari kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decesional control*).

Penilaian skala kontrol diri ini menggunakan skala *Likert*. Nilai skala diperoleh dari hasil jawaban subjek yang mendukung (*favourable*) dan tidak mendukung (*unfavourable*) terhadap semua pernyataan yang terdapat pada skala. Skala ini akan di skor dengan pilihan jawaban untuk item yang bersifat *favourable*, nilai 4 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS), nilai 3 untuk jawaban Setuju (S), nilai 2 untuk jawaban Tidak Setuju (TS) dan nilai 1 untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS). Sebaliknya untuk item yang bersifat

*unvafourable* nilai 1 untuk jawaban Sangat setuju (SS), nilai 2 untuk jawaban Setuju (S), nilai 3 untuk jawaban Tidak Setuju (TS) dan nilai 4 untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS).

## F. Validitas dan Reliabilitas

Untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dapat mengukur aspek – aspek dalam penelitian dan dapat dipercaya konsistensinya, maka akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur tersebut.

### 1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *Validity* yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti yang dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut. Akurat dalam hal ini berarti tepat dan cermat sehingga apabila tes menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran maka dikatakan sebagai pengukuran yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2012).

Untuk mengetahui tingkat validitas suatu instrumen penelitian, maka sebelum instrumen tersebut digunakan, terlebih dahulu digunakan uji coba dan hasilnya dianalisis. Untuk menguji tingkat validitas instrumen penelitian atau alat pengukur data dapat digunakan teknik *korelasi product moment* dari Pearson dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}$$

Keterangan :

$r_{XY}$  : Koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek setiap item) dengan variabel Y.

X : Skor responden untuk tiap item

Y : Total skor tiap responden dari seluruh item

$\sum XY$  : Jumlah dari hasil perkalian antara variabel X (total skor subjek dari seluruh item) dengan variabel Y.

$\sum X$  : Jumlah skor distribusi X.

$\sum Y$  : Jumlah skordistribusi Y.

N : Jumlah subjek.

## 2. Reliabilitas

Konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relative sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah (Azwar, 2001:4). Reliabilitas alat ukur menunjukkan sejauhmana konsistensi hasil pengukuran terjadi pengukuran dilakukan ulang pada kelompok subjek yang sama. Reliabilitas hasil alat ukur mengacu pada konsistensi hasil ukur apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok individu yang berbeda. Analisis reliabilitas skala kontrol diri dapat dipakai dengan metode *Alpha Cronbach's* dengan rumus sebagai berikut:



1. Menentukan nilai varian setiap butir pertanyaan :

$$S_1 = \frac{\sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{N}}{N}$$

2. Menetapkan nilai varians total :

$$S_1 = \frac{\sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{N}}{N}$$

3. Menentukan reliabilitas instrument:

$$r_{11} = \left[ \frac{K}{K-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum S_1}{S_1} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$	: Koefisien reliabilitas instrument
$\sum S_1$	: Jumlah varians skor setiap item
$K$	: Jumlah item pertanyaan
$S_1$	: Varian skor tiap item
$\sum X_1^2$	: Jumlah kuadrat item $X_1$
$(\sum X_1)^2$	: Jumlah item $X_1$ dikuadratkan
$N$	: Jumlah sampel

## G. Analisis Data

Analisis data adalah penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah diinterpretasikan. Analisis data merupakan salah satu kegiatan penelitian berupa proses penyusunan dan pengelolaan data guna menafsirkan data yang telah diperoleh. Menurut Sugiyono (2016) yang dimaksud teknik analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk

menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk hipotesis yang telah diajukan. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah Analisis Varian Satu Jalur (*One Way Anova*). Analisis varians satu jalur digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata data dari dua kelompok atau lebih.

Langkah – langkah uji Anova untuk varian satu jalur meliputi (Riduwan,2003) :

- 1) Sebelum anova dihitung, asumsi bahwa data dipilih secara random, berdistribusi normal, dan variasinya homogen
- 2) Buatlah hipotesis ( $H_a$  dan  $H_o$ ) dalam bentuk kalimat
- 3) Buatlah hipotesis ( $H_a$  dan  $H_o$ ) dalam bentuk statistic
- 4) Buatlah daftar statistic induk
- 5) Hitunglah jumlah kuadrat antara grup ( $JK_A$ ) dengan rumus:

$$JK_A = \sum \frac{(\sum X_{Ai})^2}{n_{Ai}} - \frac{(\sum X_t)^2}{N}$$

$$= \left( \frac{(\sum X_{A1})^2}{N_{A1}} + \frac{(\sum X_{A2})^2}{N_{A2}} + \frac{(\sum X_{A3})^2}{N_{A3}} \right) - \frac{(\sum X_t)^2}{N}$$

1. Hitunglah derajat bebas antar grup dengan rumus  $db_A = A - 1$
2. Hitunglah Kuadrat Rerata antar group (KR) dengan rumus:

$$KR_A = \frac{JK_A}{db_A}$$

3. Hitunglah jumlah Kuadrat Dalam antar group ( $JK_D$ ) dengan rumus:

$$JK_D = \sum X_t^2 - \sum \frac{(\sum X_{Ai})^2}{n_{Ai}}$$

$$= \sum X_{A1} + \sum X_{A2} = \sum X_{A3} - \left( \frac{(\sum X_{A1})^2}{n_{A1}} + \frac{(\sum X_{A2})^2}{n_{A2}} + \frac{(\sum X_{A3})^2}{n_{A3}} \right)$$

4. Hitunglah derajat bebas dalam grup dengan rumus :  $db_D = N - A$
5. Hitunglah kuadrat rerata dalam grup ( $KR_D$ ) dengan rumus :

$$KR_D = \frac{JK_D}{db_D}$$

6. Carilah  $F_{hitung}$  dengan rumus :

$$F_{hitung} = \frac{KR_A}{KR_D}$$

7. Tentukan taraf signifikannya, misalnya  $\alpha = 0,05$  atau  $\alpha = 0,01$
8. Cari  $F_{tabel}$  dengan rumus  $F_{tabel} = F_{(1-\alpha)(dbA,dbD)}$
9. Buatlah table ringkasan Anova

## H. Uji Asumsi

### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal (Nuryadi, dkk,2017). Uji normalitas dianalisis dengan menggunakan SPSS.

### 2) Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama (homogen). Uji homogenitas dianalisis dengan menggunakan SPSS.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan dijelaskan simpulan dan saran yang berkaitan dengan hasil penelitian.

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat perbedaan kontrol diri yang signifikan antara remaja dan dewasa awal pecandu *game online* di Desa Sipeapea kecamatan Sorkam Barat. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan Anava ( $F$ ) = 56,914 dengan signifikansi ( $p$ ) =  $0,000 < 0,05$ . Berdasarkan hasil ini, berarti hipotesis yang diajukan berbunyi ada perbedaan kontrol pada pecandu *game online* remaja dan dewasa awal, dinyatakan diterima
2. Secara umum, kontrol diri pada remaja di desa Sipeapea kecamatan Sorkam Barat tergolong rendah. Hal tersebut dapat dilihat dari SD pada usia remaja adalah 13,419 dengan mean hipotetik 60 dan mean empirik 54,14 maka dinyatakan tingkat kontrol diri rendah karena mean hipotetik  $<$  mean empirik dimana selisihnya melebihi nilai SD, dan SD kontrol diri pada dewasa awal adalah 10,935 dengan mean hipotetik 60 dan mean empirik 84,50 maka dikatakan bahwa kontrol diri pada usia dewasa awal tinggi.

## B. Saran

Berdasarkan pemaparan simpulan diatas, maka dapat diberikan saran – saran sebagai berikut :

### 1. Saran kepada subjek penelitian

#### a) Remaja

Memikirkan tingkat kepentingan dalam bermain *game online*, serta memiliki batasan dalam bermain *game online* agar dapat mengurangi potensi terjadinya kecanduan terhadap *game online*, namun begitu tetap memiliki jadwal untuk memperluas ilmu pengetahuan yang dimiliki.

#### b) Dewasa Awal

Memiliki batasan waktu dalam bermain *game online* untuk mengurangi potensi terjadinya kecanduan terhadap *game online*, menggunakan *smartphone* dan internet untuk kegiatan positif lainnya seperti memperluas kemampuan bakat yang dimiliki.

### 2. Bagi pihak Kepala Desa

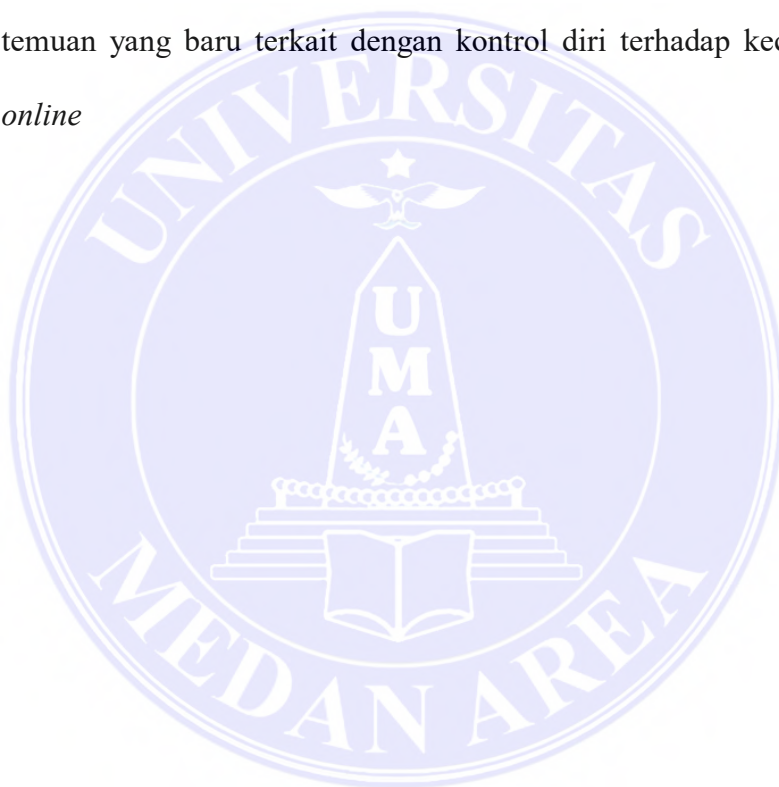
Diharapkan bagi pihak kepala desa agar memberikan pemahaman pada remaja dan dewasa awal akan dampak fisik dan psikologis jika bermain *game online* dalam waktu berlebihan, mengaktifkan kegiatan pertandingan di desa, seperti pertandingan sepak bola, bulu tangkis, dan



lain sebagainya untuk mengalihkan melakukan aktivitas bermain *game online*.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan menambah jumlah responden agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan perlu menggunakan pendekatan kualitatif, sehingga dapat memperdalam, memperjelas, dan memberikan temuan yang baru terkait dengan kontrol diri terhadap kecanduan *game online*



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani dan Astuti, 2018, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Kudus: Universitas Muria Kudus
- Alfin R. M, 2016, Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Pemain Dota 2 Malang. Skripsi: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Anshori, H. M. 2000, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Asfaruddin, 2019, Kontrol Diri Mahasiswa Yang Kecanduan Game Online di Asrama Kaway XVI : *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Azwar, S., 2012, *Metode Penelitian*, Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Azwar, S., 2012, *Reliabilitas dan Validitas*, Yogyakarta : Pustaka pelajar.
- Bagas Prayoga. 2009. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online. Skripsi: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dita Rahayu. 2017, Pengaruh Kontrol Diri Dan Religiusitas Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Fakultas Sains Dan Teknologi Angkatan 2015 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Ferry H. B dan Endang S. I, 2016, Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Mahasiswa Pemain Game Online di Game Center X Semarang. *Jurnal Empati : Universitas Diponegoro*
- Ghufron & Risnawati, ( cetakan IV, 2018), *Teori – teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gerungan, W.A., 2004, *Psikologi Sosial*, Bandung : Refika Aditama.
- Hanurawan, F. 2015, *Psikologi Sosial*, Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Hepri Karnadi, Zuhdiyah, Ema Yudiani. 2019. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa XI SMA Negeri 16 Palembang : *Jurnal Intelektualita : Keislaman, Sosial, dan Sains*. Vol 8. No.2.
- Mohammad Asroni & Mohammad Ali. 2004. Psikologi Remaja : *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT Bumi Aksara.

- Novianti. P. R. Aspin. Yuliastri. 2020. Hubungan antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal Di Desa Mondokey. *Jurnal Sublimapsi*. Vol.1. No.1.
- Novita F. Rahayu Putri. 2018. Hubungan Antara Self Control dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Anak Usia Sekolah. Skripsi: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Pengki Saputra. 2019. Kemampuan Kontrol Diri Remaja Pecandu Game Mobile Legends Di Kelurahan KebunBeler Kota Bngkulu. Skripsi: Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.
- Ramadona Dwi Marsela. Mamat Supriatna. 2019. Kontrol Diri : Defenisi dan Faktor. *Jurnal: Bimbingan dan Konseling*. Vol.3, No.2
- Rizka W. Handayani. 2011. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan kecanduan Game Online Pada Remaja Pria. Skripsi: Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Sarwono, S.W., 2006, *Psikologi Remaja*, Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S.W Dan Meinarno, E.A., 2019, *Psikologi Sosial, Salemba Humanika* : Jakarta.
- Silvia Septiaji. Stevani Virlia. 2016. Hubungan Kecanduan Game Online Dan Keterampilan Sosial Pada Pemain Game Dewasa Awal Di Jakarta Barat. *Jurnal Psikologi*. Vol.9, No.2.
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*, Bandung : Alfabeta.
- Tantri. W. U. Atik Hodikoh. 2020. Kecanduan Game Online Berhubungan Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*. Vol.12.No.1.
- Yaksan A.A. Ariqohsari Yaksan. 2020. Pengaruh Kontrol Diri dan Kesepian Terhadap Kecanduan Game Online Di DZ Game Center Depok. Skripsi: Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I Jakarta.
- Yoseph &Rilla. 2018. Gambaran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pria Dewasa Awal yang Gemar Berbelanja di Mall Kawasan Jakarta. *Jurnal Jakarta*. Vol.5.
- Yuniar, 2011. Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensits Penggunaan Internet Remaja Akhir. Skripsi: Fakultas Psikologi Non Reguler, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta
- Yusuf, S., 2015, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja* Bandung : Remaja Rosdakarya



**LAMPIRAN A**  
**SCREENING DATA &**  
**ALAT UKUR PENELITIAN**

## PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini ada 10 pernyataan, teman – teman diharapkan untuk memilih salah satu jawaban yang tersedia dari pernyataan – pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan teman – teman saat ini. Teman – teman tidak perlu merasa khawatir atau ragu – ragu dalam menjawab pernyataan ini, karena dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang dianggap salah. Jawaban yang benar adalah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan perasaan teman – teman. Dalam menjawab pernyataan ini diharapkan tidak ada satupun item yang terlewatkan (semua harus diisi). Jawablah dengan jujur karena jawaban dan identitas diri teman – teman terjaga dan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Isilah data – data di bawah ini :

1. Nama :
2. No HP :
3. Usia :
4. Pendidikan :
5. Alamat :
6. Memiliki *Gadget* / HP :
7. Memiliki Aplikasi *Game Online* :
8. Permainan *game* :
  - Bermain *game* hanya 1 jam per hari
  - Bermain *game* hanya 2 jam per hari
  - Bermain *game* hanya 4 jam atau lebih per hari



Berilah tanda centang ( ) yang menurut anda sesuai dengan diri anda.

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Perhatian tertuju pada aktivitas <i>online</i>		
2	Ingin bermain dalam jumlah waktu yang semakin meningkat untuk mendapatkan kepuasan		
3	Tidak dapat mengontrol, mengurangi, atau menghentikan kegiatan bermain <i>game online</i>		
4	Merasa gelisah, tertekan atau lekas marah ketika mengurangi atau menghentikan bermain <i>game online</i>		
5	<i>Online</i> lebih lama dari waktu yang direncanakan		
6	Bermain <i>game online</i> sebagai cara untuk melepaskan diri dari berbagai permasalahan atau melepaskan diri dari perasaan yang tidak menyenangkan		
7	Selalu kembali bermain <i>game online</i> walaupun sudah banyak menghabiskan uang untuk bermain		
8	Kecenderungan untuk menarik diri ketika <i>offline</i>		
9	Berani mengambil resiko kehilangan hubungan dengan orang terdekat, pekerjaan, pendidikan, kesempatan berkarir karena <i>game online</i>		
10	Berbohong terhadap anggota keluarga untuk menyembunyikan tingkat hubungan dengan <i>game online</i>		

### PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

1. Berikut ini disajikan beberapa pernyataan.
2. Saudara diminta untuk menyatakan tanggapan terhadap pernyataan tersebut, dengan pilihan :
  - SS** : Apabila anda **Sangat Setujud**engan hal tersebut
  - S** : Apabila anda **Setujud**engan hal tersebut
  - TS** : Apabila anda **Tidak Setujud**engan hal tersebut
  - STS** : Apabila anda **Sangat Tidak Setujud**engan hal tersebut
3. Saudara bebas menyatakan pilihan yang sesuai dengan keadaan diri saudara.
4. Semua pilihan adalah benar selama sesuai dengan keadaan diri saudara.
5. Cara menyatakan pilihan dengan memberi tanda cek( ) pada kolom yang tersedia.
6. Pastikan tidak ada pernyataan yang terlewatkan ( semua pernyataan harus diisi).
7. Terima kasih atas ketersediaan saudara, selamat mengerjakan.

### SKALA KONTROL DIRI

Nama :

Usia :

No	Pernyataan	S	SS	TS	STS
1	Saya hanya menyempatkan jam kosong saja untuk bermain <i>game online</i> .				
2	Setiap saat saya selalu mengecek HP untuk tidak ketinggalan informasi				
3	Keputusan yang saya ambil berdasarkan pada hasil pertimbangan yang matang.				
4	Saya mampu menahan diri untuk tidak selalu bermain game online				
5	Saya lebih mementingkan informasi dari pada bermain <i>game online</i>				
6	Dalam bertindak saya memikirkan sebab dan akibatnya.				
7	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain <i>game online</i>				

8	Saya menjauhi hal – hal yang tidak baik bagi diri saya				
9	Ketika menunggu seseorang, saya melakukan suatu aktivitas untuk mengisi waktu.				
10	Saya melihat situasi terlebih dahulu untuk bermain <i>game online</i>				
11	Saya telah menghabiskan banyak waktu untuk bermain <i>game online</i> .				
12	Saya tidak begitu peduli terhadap informasi				
13	Saya dapat mengatur kapan waktu yang tepat bermain <i>game online</i>				
14	Saya sering ketinggalan informasi karena saya terlalu sibuk dengan <i>game online</i>				
15	Saya dapat bermain <i>game online</i> di tempat mana pun				
16	Saya mudah terpengaruh ajakan teman				
17	Bagi saya kritikan adalah masukan yang berharga untuk hiup saya selanjutnya.				
18	Saya merasa tidak senang jika ada orang yang memberikan kritik pada diri saya				
19	Saya merasa gelisah jika tidak bermain <i>game online</i>				
20	Saya mempertimbangkan pendapat orang lain dalam mengambil keputusan.				
21	Saya cenderung terburu – buru dalam mengambil tindakan / keputusan.				
22	Saya akan tetap bermain <i>game online</i> meskipun banyak tugas yang harus dikerjakan				
23	Saya masih suka begadang untuk memainkan <i>game online</i> agar naik level				
24	Saya memilih untuk bermain <i>game online</i> ketika sedang menunggu seseorang				
25	Memilih untuk mengerjakan tugas, sebelum bermain <i>game online</i>				
26	Saya tidak dapat membedakan yang mana terlebih dahulu dilakukan antara bermain <i>game</i> atau mengerjakan tugas				



**LAMPIRAN B**  
**DATA PENELITIAN**

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	Total
1	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	92
2	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	90
3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103
4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	96
5	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	89
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	76
7	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	34
8	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	94
9	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	88
10	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
11	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	70
12	3	3	1	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	3	3	4	1	4	4	4	4	4	3	85
13	4	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	92
14	3	1	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	86
15	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	94
16	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	67
17	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	88
18	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103
19	1	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	78
20	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	76
21	1	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	77



22	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	89
23	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103
24	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	71
25	2	2	4	3	2	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3	4	2	3	2	4	2	2	4	3	76
26	3	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	66
27	4	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	81
28	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
29	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	73
30	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	2	4	3	2	4	4	90
31	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	76
32	4	2	4	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	76
33	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	91
34	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	4	2	4	95
35	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	92
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	2	4	95
37	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	65
38	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	3	4	3	4	2	4	3	2	4	3	3	82
39	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	76
40	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	81
41	2	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	94
42	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	100
43	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	75
44	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	65
45	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	87

46	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	78		
47	1	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	84	
48	3	2	4	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	87	
49	2	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	90	
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	76	
51	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	94	
52	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	90
53	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	89	
54	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	101	
55	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	4	94
56	2	3	2	1	4	1	1	1	1	2	2	1	3	1	4	1	2	3	4	1	4	1	2	4	3	2	56	
57	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79	
58	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	2	84	
59	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	100	
60	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
61	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	83	
62	4	2	4	4	2	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	2	4	3	2	4	3	86	
63	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	95	
64	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	96	
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	76	
66	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	94	



## Reliability

### Scale: Kontrol Diri

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.941	26

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	81.32	140.436	.376	.943
<b>VAR00002</b>	<b>81.56</b>	<b>149.604</b>	<b>.016</b>	<b>.946</b>
VAR00003	81.00	141.169	.521	.940
VAR00004	81.05	136.167	.697	.938
VAR00005	80.94	137.842	.691	.938
VAR00006	80.82	136.674	.771	.937
VAR00007	80.94	137.135	.712	.938
VAR00008	80.79	136.816	.787	.937
VAR00009	81.09	138.484	.700	.938
VAR00010	81.15	137.392	.727	.938
VAR00011	81.24	141.756	.455	.941
VAR00012	80.79	136.816	.787	.937
<b>VAR00013</b>	<b>81.33</b>	<b>145.426</b>	<b>.235</b>	<b>.944</b>
VAR00014	81.05	136.167	.697	.938
VAR00015	80.94	137.842	.691	.938

VAR00016	81.09	138.484	.700	.938
VAR00017	81.02	141.184	.588	.939
VAR00018	81.11	141.789	.496	.940
VAR00019	80.94	137.842	.691	.938
VAR00020	81.05	136.167	.697	.938
VAR00021	80.94	137.842	.691	.938
VAR00022	81.09	138.484	.700	.938
VAR00023	81.15	143.823	.368	.942
VAR00024	80.94	137.842	.691	.938
VAR00025	81.11	141.789	.496	.940
VAR00026	81.15	137.392	.727	.938

#### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
84.30	150.338	12.261	26





**LAMPIRAN D**  
**UJI ASUMSI DAN UJI HIPOTESIS**

## Uji Normalitas

### NPar Tests

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kontrol Diri
N		64
Normal Parameters	Mean	116.78
	Std. Deviation	17.015
Most Extreme Differences	Absolute	.085
	Positive	.085
	Negative	-.063
Test Statistic		.085
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## Uji Homogenitas

### Oneway

#### Test of Homogeneity of Variances

Kontrol Diri

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.136	1	62	.939

#### ANOVA

Kontrol Diri

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	16457.668	1	16457.668	60.330	.000
Within Groups	16913.270	62	272.795		
Total	33370.938	63			

## A. Uji Hipotesis (Komparasi)

### T-Test

#### Group Statistics

Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kontrol Diri Remaja	36	54.14	13.419	2.236
Dewasa Awal	30	84.50	10.935	1.996

#### Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Kontrol Diri Equal variances assumed	.826	.367	5.118	64	.006	-28.361	3.054	-6.463	5.741
Equal variances not assumed			5.120	63.976	.006	-28.361	2.998	-6.350	5.628







## UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 1405/FPSI/01.10/XII/2021  
Lampiran : -  
Hal : Riset dan Pengambilan Data

7 Desember 2021

Yth. Bapak/Ibu Kepala Desa Sipea pea  
Desa Sipea pea Kecamatan Sorkam Barat  
di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Rohani Habeahan  
NPM : 178600439  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Desa Sipea pea Kecamatan Sorkam Barat, Jl. Sibolga Barus KM. 36 Desa Sipea pea Kecamatan Sorkam Barat guna penyusunan skripsi yang berjudul *"Perbedaan Kontrol Diri Ditinjau Dari Usia Remaja Dan Dewasa Awal Pada Pecandu Game Online Di Desa Sipea pea Kecamatan Sorkam Barat"*.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Desa yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

an. Dekan,



Dekan Bidang Akademik,

Arif, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan  
- Mahasiswa Ybs  
- Arsip



**PEMERINTAH KABUPATEN TAPANULI TENGAH**

**KECAMATAN : SORKAM BARAT**  
**DESA : SIPEAPEA**  
**KODE DESA : 12.01.10.2002**

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 226/ SK / 2002 / XII / 2021

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Desa Sipeapea, Kecamatan Sorkam Barat, Kabupaten Tapanuli Tengah, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : **ROHANI HABEAHAN**  
 NPM : 178600439  
 Program Studi : Ilmu Psikologi  
 Fakultas : Psikologi

Benar telah mengadakan penelitian di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah pada tanggal 13 Desember 2021 s/d 18 Desember 2021 guna melengkapi data pada penyusunan Skripsi yang berjudul "Perbedaan Kontrol Diri Ditinjau Dari Usia Remaja Dan Dewasa Awal Pada Pecandu Game Online di Desa Sipeapea Kecamatan Sorkam Barat".

Demikian Surat Keterangan Ini diperbuat dengan Sebenarnya dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Dikeluarkan di : **SIPEAPEA**  
 Pada tanggal : **Desember 2021**  
 Kepala Desa Sipeapea  
 Kecamatan Sorkam Barat

  
**RINTO SIMAMORA**