

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN GAME ONLINE PADA SISWA DI SMP NEGERI 2 MEDAN

¹Alfaga Novi Mesi Bawamenewi, ²Khairina Ulfa Syaimi

^{1,2}Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah Medan

Email : alfaganovimesibawamenewi@umnaw.ac.id,

khairaniulfasyaimi@umnaw.ac.id

ABSTRACT

Online games attract many people, especially students. Because teenagers tend to be more easily involved in trying new things, students who play too many online games tend to be addicted to playing games, have no priorities, are lazy to study, ignore their surroundings, lose self-control, and have difficulty managing time. Teenagers are interested in online games presented through online media, and they try to play the game. However, today's teenagers cannot control themselves, which causes addiction and negative effects. This study aims to determine the relationship between self-control and online game addiction in students at SMP Negeri 2 Medan. The method in this study is quantitative research with the population being all students of class VIII of SMP Negeri 2 Medan totaling 317 students. Sampling using random sampling technique totaling 63 students. This study uses a correlation test. Based on the results of the study, it is known that self-control with online game addiction has a significant relationship of 0.01 so that it can be stated that at sig <0.05 that self-control with online game addiction has a negative relationship with a correlation value of -0.718. So between self-control and online game addiction has a strong relationship. This shows that there is a relationship between self-control and online game addiction in students at SMP Negeri 2 Medan.

Keywords: Self-Control, Online Games

ABSTRAK

Game online menarik banyak orang, terutama siswa. Karena remaja cenderung lebih mudah terlibat dalam percobaan hal-hal baru, siswa yang terlalu banyak bermain game online cenderung mengalami kecanduan bermain game, tidak memiliki prioritas, malas belajar, mengabaikan lingkungan sekitar, kehilangan kontrol diri, dan kesulitan mengatur waktu. Remaja tertarik pada game online yang disajikan melalui media online, dan mereka mencoba bermain game tersebut. Namun, remaja saat ini tidak dapat mengendalikan diri, yang menyebabkan kecanduan dan efek negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecanduan game online pada siswa di SMP Negeri 2 Medan. Metode dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan populasinya adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Medan berjumlah 317 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling yang berjumlah 63 siswa. Penelitian ini menggunakan uji korelasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui kontrol diri dengan kecanduan game online memiliki hubungan nilai signifikansi adalah 0,01 sehingga dapat dinyatakan bahwa pada sig < 0,05 bahwa kontrol diri dengan kecanduan game online memiliki hubungan negatif dengan nilai korelasi sebesar – 0,718. Maka antara kontrol diri dengan kecanduan game online memiliki hubungan yang kuat. Hal ini menunjukkan bahwa adanya bahwa terdapat hubungan kontrol diri dengan kecanduan game online pada siswa di SMP Negeri 2 Medan.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Game Online

A. Pendahuluan

Perkembangan zaman yang semakin maju tidak akan lepas dari berkembangnya teknologi. Perkembangan teknologi salah satunya adalah pada bagian permainan. Bila dilihat di era sebelum berkembangnya permainan menggunakan teknologi, remaja bermain dengan permainan tradisional seperti bermain kelereng, petak umpat, lempar sendal, dan lain-lainnya. Setelah berkembangnya teknologi remaja mulai mengenal permainan melalui *Online* yang disebut dengan *game online*. Menurut Febrina (2014), *game online* adalah sebuah permainan yang terhubung dengan jaringan internet dan dapat dimainkan oleh banyak pemain didalamnya serta terdapat interaksi antar pemain untuk mencapai suatu tujuan dalam dunia virtual.

Presetyo (2019) menyatakan bahwa *game online* memiliki daya tarik sendiri dan sangat diminati oleh berbagai kalangan terutama para siswa, oleh karena itu *game online* sudah dikenal luas baik dari perkotaan bahkan sampai ke pedesaan, luasnya cakupan kontribusi dan jaringan *game online* tentunya tidak terlepas dari dampak negatif dan positif *Game online* itu sendiri. Dampak positif *game online* menurut Miranda, Waluyanto & Zacky (2018) antara lain adalah meningkatkan kemampuan koordinasi antara otak, tangan dan mata sekaligus melatih kemampuan otak anak berpikir dan bertindak, *game online* juga memberikan manfaat dalam menghilangkan jenuh dan dapat dilakukan saat waktu luang selain dampak positif tersebut dampak negatif dari *game online*.

Dampak negatif ini dapat dilihat dengan banyaknya siswa kesulitan dalam mengontrol dirinya seperti, siswa yang terlambat datang kesekolah karena bermain *game*

online hingga larut malam, siswa yang sengaja bolos sekolah hanya untuk bermain game di warung internet hingga mengakibatkan terganggunya pembelajaran siswa disekolah Menurut Ghuman & Griffiths (2012) para pemain yang keseringan bermain akan cenderung menjadi kecanduan bermain game, tidak memiliki prioritas, malas belajar, mengabaikan lingkungan sekitar, kehilangan kontrol diri dan kesulitan dalam mengatur waktu.

Kecanduan menurut suplig (2017) adalah menyukai sesuatu secara berlebihan dan mengabaikan hal lainnya, Young (2011) memaparkan bahwa kecanduan *game online* adalah bentuk kecanduan yang disebabkan teknologi internet, masalah kecanduan *game online* ini dimana *game online* menyajikan permainan yang menantang para pemain untuk dapat menyelesaikannya, permainan ini memberikan reward dan kenaikan level permainan sehingga mendorong pemain untuk terus-menerus memainkan *game online* oleh karena tantangan tersebut para remaja sering mengabaikan hal lainnya..

Menurut Wijaya (2019) kecanduan *game online* dapat dilihat dari berapa lama durasi dalam bermain *game online* Menurut Kusumawati, Aviani & Molina (2017) individu dapat dikatakan kecanduan bermain *game online* bila menghabiskan waktu bermain selama 5 jam sehari namun faktanya durasi yang sering dimainkan oleh remaja 4-5 jam sehari. Dikutip dari website databooks.id (diakses:10 Februari 2024) sebanyak 46,2% kecanduan *game online* 38,5% diantaranya remaja usia 18-25 tahun serta terdapat 42,23 % pemain bermain *game online* dalam waktu 4 jam lebih dalam sehari. *World Health Organization* (2018) mendefinisikan

kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *International Classification of Diseases* (ICD-11) yaitu gangguan pada individu dimana lebih memprioritas pada game lebih dari kegiatan lain. Berdasarkan data diatas dapat terlihat remaja paling banyak terkena kecanduan *game online*. Jordan & Andersen, (2017) mengatakan masa remaja adalah masa priode ketidakstabilan, cenderung lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal - hal baru. *Game online* yang menyajikan permainan melalui media *Online* membuat remaja tertarik lalu mencoba bermain *game online* tersebut namun dimasa ini remaja belum dapat mengontrol diri dengan baik hingga menyebabkan banyak remaja terkena kecanduan dan memberikan pengaruh negatif.

Menurut Ghufroon & Risnawita (2022:21) Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif, sejalan dengan itu menurut Hurlock (2013) kontrol diri berkaitan dengan pengendalian emosional serta keinginan dalam diri individu. maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam pengendalian, membimbing, menyusun, mengatur perilaku kearah yang lebih baik. Kontrol diri pada remaja penggemar *game online* yaitu kemampuan pemain *game online* terhadap tingkah laku, kemampuan dalam menyusun, membimbing dan mengatur diri dalam bermain *game online*. Kontrol diri yang dimaksudkan adalah bagaimana individu penggemar *game online* dapat mengatur diri dalam kesehariannya baik perilaku, sifat serta waktunya. Namun fakta dilapangan bahwa banyak remaja yang tidak dapat

mengontrol dirinya dalam permainan *game online* dan berakhir dengan kecanduan *game online*. Oleh karena itu Kontrol diri sangat dibutuhkan untuk mengatasi dari berbagai hal yang merugikan remaja.

Berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 2 Medan kenyataannya terjadi dilapangan masih banyak siswa yang belum dapat mengontrol diri dalam permainan *game online*. Peserta didik lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain game dari pada belajar sehingga banyak peserta didik yang tidak bisa mengendalikan diri dan mengatur waktu mereka, hal ini terlihat dari masih banyaknya siswa yang terlambat datang ke sekolah dikarenakan bermain game sampai larut malam, tugas sekolah yang tidak terselesaikan, melanggar peraturan sekolah dengan bermain *game online* di jam pembelajaran atau saat jam istirahat sekolah..

B. Metode Penelitian

Desain Penelitian

Menurut Arikunto (2014) desain penelitian adalah suatu rancangan yang dibuat peneliti sebagai perkiraan terhadap kegiatan yang akan dilakukan. Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang menggunakan angka - angka dalam analisis statistik untuk memecahkan masalah dalam penelitian., penelitian kuantitatif yang dimaksud peneliti ialah jenis data yang dapat diukur secara langsung. Teknik pengumpulan data di lapangan menggunakan desain penelitian korelasional yang mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan antara Variabel yang satu dengan variabel yang lainnya. Berdasarkan

pemaparan diatas maka peneliti ingin membahas sampai sejauh mana “Hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa di SMP Negeri 2 Medan”

Populasi dan Sampel

Populasi

Sugiyono (2020) populasi adalah suatu wilayah umum yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan. Berdasarkan pengertian diatas populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Medan yang berjumlah 317 siswa.

Sampel

Menurut sugiyono (2020) sampel adalah sebagian dari jumlah dan ciri – ciri suatu populasi, jika populasi nya besar dan peneliti tidak mungkin meneliti semua yang ada pada populasi tersebut misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu bila populasi kurang dari 100 siswa sebaiknya diambil semuanya tetapi jika lebih dari itu dapat diambil 10 – 15 % atau 20 – 30 %.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dalam penelitian ini, peneliti tidak mengambil keseluruhan sampel dari semua populasi namun hanya mengambil 20% dari populasi, jumlah sampel kelas VIII keseluruhan berjumlah 317 lalu dikali 20% maka banyaknya siswa yang menjadi sampel penelitian ini berjumlah 63 siswa dan diambil dengan teknik random sampling yaitu teknik mengambil secara acak.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, menurut arikunto (2014) angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dan responden dalam arti laporan tentang hal-hal yang bersifat pribadi atau diketahuinya diperoleh berdasarkan indikator-indikator yang telah dikembangkan oleh para peneliti, sejalan dengan itu sugiyono (2020) menyatakan kuesioner dikembangkan dengan menggunakan *skala likert* yang berbentuk *check list* dan jawaban setiap item instrumen dengan menggunakan *skala likert* mempunyai gradasi dari sangat positif hingga sangat negatif untuk memperoleh data yang akurat, teknik pengumpulan data angket efisien jika peneliti ingin mengetahui secara pasti variabel yang akan diukur dan mengetahui apa yang dapat diharapkan dari responden. Maka penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui angket yang disebarkan kepada siswa, terdapat empat jenis pilihan skor yang diberikan pada soal jawaban positif, yaitu Sangat Sesuai (SS) diberi skor empat, Sesuai (S) diberi skor tiga, Tidak Sesuai (KS) diberi skor dua, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor satu. Pada soal negatif, pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS) diberi skor satu, Sesuai (S) diberi skor dua, Agak Sesuai (KS) diberi skor tiga, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor empat.

. Dalam penelitian ini digunakan angket untuk mengetahui apakah ada Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game online* Pada Siswa SMP Negeri 2 Medan. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup, yaitu angket yang disusun dengan cara memberikan jawaban sehingga

pengisi hanya memberi tanda check list pada jawaban yang dipilih sesuai dengan keadaan sebenarnya.

Uji Validitas

Menurut Arikunto (2014) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkatan-tingkatan kevalidan suatu instrument. Hasil uji validitas dalam penelitian ini adalah :

1. Kontrol Diri

Setelah rhitung dibandingkan dengan rtabel pada taraf signifikan 5% dan N=40 maka butir angket yang diuji cobakan dinyatakan terdapat 6 item yang tidak valid yang dimana terdapat di nomor item (4,14,24,29,30,38) pada item tidak valid ini akan dibuang atau tidak akan digunakan dan 34 item valid dapat digunakan untuk mengumpulkan data penelitian.

2. Kecanduan Game Online

Setelah rhitung dibandingkan dengan rtabel pada taraf signifikan 5% dan N=40 maka butir angket yang diuji cobakan dinyatakan terdapat 11 item yang tidak valid terdapat di nomor item (3,11,12,13,16,20,23,25,27,38,39) item tidak valid ini akan dibuang atau tidak akan digunakan dan 29 item yang valid digunakan untuk mengumpulkan data penelitian

Uji Realibilitas

Arikunto (2014) Uji reliabilitas mengacu pada pemahaman bahwa suatu instrumen cukup andal untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data Uji reliabilitas instrument dilakukan untuk mengetahui apakah insstrumen mempunyai hasil yang sama atau dapat digunakan berulang kali, peneliti menggunakan rumus Alpha dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

1. Kontrol diri

Uji reliabilitas instrument dilakukan untuk mengetahui apakah insstrumen mempunyai hasil yang sama atau dapat digunakan berulang

kali, peneliti menggunakan rumus Alpha dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Reliabilitas angket kontrol diri dihitung dengan menggunakan rumus alpha cronbach yaitu :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sum \sigma^2_t} \right)$$

Keterangan :

r₁₁ : Reliabilitas instrumen

k : Banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

$\sum \sigma^2_t$: Varians total

$$= \left(\frac{34}{34-1} \right) \left(1 - \frac{28,201875}{198,174375} \right)$$

$$= (1,03030303)(1 - 0,14230838)$$

$$= (1,03030303)(0,85769162)$$

$$= 0.8868227$$

Berdasarkan hasil diatas diketahui r₁₁ = 0,884 dan setelah dilihat indeks korelasinya termasuk dalam kategori tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa kuensioner kontrol diri memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan

sebagai alat pengumpulan data. Kemudian dilihat pada tabel dibawah hasil hitung uji reabilitas dengan bantuan SPSS dengan menggunakan rumus cronbach's alpha dengan hasil 0,884 dan hasil tersebut sama dengan perhitungan manual diatas yaitu dengan nilai 0,884

2. Kecanduan Game online

Uji reliabilitas instrument dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen mempunyai hasil yang sama atau dapat digunakan berulang kali, peneliti menggunakan rumus

Alpha dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Reliabilitas angket Kecanduan *game online* dihitung dengan menggunakan rumus alpha cronbach yaitu :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sum \sigma^2_t} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrumen
 k : Banyaknya butir pertanyaan
 $\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir
 $\sum \sigma^2_t$: Varians total

$$\begin{aligned} r_{11} &= \left(\frac{29}{29-1} \right) \left(1 - \frac{25,803125}{161,949375} \right) \\ &= (1,03571429)(1 - 0,15932834) \\ &= (1,03571429)(0,84067166) \\ &= 0,87069565 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil diatas diketahui $r_{11} = 0,870$ dan setelah dilihat indeks korelasinya termasuk dalam kategori tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa kuensioner kontrol diri memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data. Kemudian dilihat pada tabel dibawah hasil hitung uji reabilitas dengan bantuan SPSS dengan menggunakan rumus cronbach's alpha dengan hasil 0,871 dan hasil tersebut sama dengan perhitungan manual diatas yaitu dengan nilai 0,870

Uji Normalitas

Untuk melakukan analisis data secara korelasi, data terlebih dahulu di uji normalitas, uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau

tidak. Menurut Biu, dkk (2019) *Kolmogorov-Smirnov* lebih tepat untuk sampel besar atau lebih dari 40. maka uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dikarenakan $sample > 40$.

Uji Korelasi

Data diolah dengan menggunakan SPSS untuk korelasi hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* berikut hasil tabulasinya Berdasarkan hasil uji korelasi diatas *person correlation product moment* disimpulkan bahwa kontrol diri dengan kecanduan *game online* memiliki hubungan nilai signifikansi adalah 0,01 sehingga dapat dinyatakan bahwa pada $sig < 0,05$ bahwa kontrol diri dengan kecanduan *game online* memiliki hubungan negatif dengan nilai korelasi sebesar -0,718. Maka antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* memiliki hubungan yang kuat.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan Hasil Penelitian

Uji Validitas

Penelitian ini menggunakan instrument untuk melaksanakan penelitian terlebih dahulu instrument tersebut di uji coba kepada sejumlah responden yang telah ditetapkan untuk menguji validitasnya. Jika instrument sudah valid maka instrument siap digunakan peneliti untuk penelitian. Instrumen dalam penelitian ini telah diuji coba kepada 40 responden. Uji coba instrument yang dilakukan untuk mengukur kontrol diri berupa angket yang dimana setiap angket berisi 40 item pernyataan. Skor tertinggi adalah 4 dan yang terendah adalah 0. Untuk menguji validitas instrument, peneliti menggunakan *product moment* dengan bantuan program *Microsoft Excel*.

Uji Validitas kontrol diri

Suatu item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung > rtabel juga dapat dilihat melalui nilai signifikansinya. Apabila nilai signifikansinya < 0,05 maka item pernyataan tersebut dikatakan valid. Berikut hasil uji validitas instrumen.

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

Untuk menghitung validitas angket kontrol diri, r hitung dibandingkan dengan r tabel pada taraf signifikat 5% misalnya perhitungan koefisien korelasi antara item nomor 1 dengan skor adalah sebagai berikut :

Keterangan:

Rxy = koefisien korelasi antara x dan y

$$N = 40 \quad \sum xy = 13414$$

$$\sum x^2 = 365$$

$$\sum x = 117 \quad \sum y = 4485$$

$$\sum y^2 = 510255$$

$$= 0,720745488$$

Berdasarkan dengan

$$\begin{aligned} & \frac{40(13414) - (117)(4485)}{\sqrt{\{40(365) - (117)^2\} \{40(510255) - (4485)^2\}}} \\ & \frac{536560 - 524745}{\sqrt{\{14600 - 13689\} \{20410200 - 20115225\}}} \\ & = \frac{11815}{\sqrt{\{911\} \{294975\}}} \\ & = \frac{11815}{\sqrt{268722225}} \\ & = \frac{11815}{16392,74916} \end{aligned}$$

pengerjaan cara manual diatas bisa dilihat pada table dibawah 4.1.. Uji validitas angket kontrol diri dengan program *Microsoft Excel* pada bagian nomor 1 r hitung 0,721 > rtabel 0,312. Terdapat kesamaan antara pengerjaan secara manual dengan *Microsoft Excel*.

Setelah r hitung dibandingkan dengan rtabel pada taraf signifikan 5% dan N=40 maka butir angket yang diuji cobakan dinyatakan terdapat 6 item yang tidak valid yang dimana terdapat di nomor item (4,14,24,29,30,38) pada item tidak valid ini akan dibuang atau tidak akan digunakan dan 34 item valid dapat digunakan untuk mengumpulkan data penelitian.

Uji Validitas Kecanduan Game Online

Uji coba instrument yang dilakukan untuk mengukur kecanduan *game online* berupa angket berisi 40 item pernyataan. Untuk menguji validitas instrument, peneliti menggunakan *product moment* dengan bantuan program *Microsoft Excel*. Suatu item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung > rtabel juga dilihat melalui nilai signifikansinya, apabila nilai signifikansinya < 0,05 maka item pernyataan tersebut dikatakan valid berikut hasil uji validitas instrument dengan cara manual

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

Untuk menghitung validitas angket kontrol diri, r hitung dibandingkan dengan r tabel pada taraf signifikat 5% misalnya perhitungan koefisien korelasi antara item nomor 1 dengan skor adalah sebagai berikut :

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi antara x dan y

$$N = 40 \quad \sum xy = 8528$$

$$\sum x^2 = 232$$

$$\sum x = 88 \quad \sum y = 3707$$

$$\sum y^2 = 352133$$

$$\frac{40(8528) - (88)(3707)}{\sqrt{\{40(232) - (88)^2\} \{40(352133) - (3707)^2\}}}$$

$$\frac{341120 - 326216}{\sqrt{\{9280 - 7744\} \{14085320 - 13741849\}}}$$

$$= \frac{14904}{\sqrt{\{1536\} \{343471\}}}$$

$$= \frac{14904}{\sqrt{527571456}}$$

$$= \frac{14904}{22968,9237}$$

$$= 0,648876726$$

Berdasarkan dengan pengerjaan cara manual diatas bisa dilihat pada tabel dibawah 4.1.1. Uji validitas angket kontrol diri dengan program *Microsoft Excel* pada bagian nomor 1 rhitung 0,648 > rtabel 0,312. Terdapat kesamaan antara pengerjaan secara manual dengan *Microsoft Excel*.

$$\frac{40(13414) - (117)(4485)}{\sqrt{\{40(365) - (117)^2\} \{40(510255) - (4485)^2\}}}$$

$$\frac{536560 - 524745}{\sqrt{\{14600 - 13689\} \{20410200 - 20115225\}}}$$

$$= \frac{11815}{\sqrt{\{911\} \{294975\}}}$$

$$= \frac{11815}{\sqrt{268722225}}$$

$$= \frac{11815}{16392,74916}$$

$$= 0,720745488$$

$$\frac{40(13414) - (117)(4485)}{\sqrt{\{40(365) - (117)^2\} \{40(510255) - (4485)^2\}}}$$

$$\frac{536560 - 524745}{\sqrt{\{14600 - 13689\} \{20410200 - 20115225\}}}$$

$$= \frac{11815}{\sqrt{\{911\} \{294975\}}}$$

$$= \frac{11815}{\sqrt{268722225}}$$

$$= \frac{11815}{16392,74916}$$

$$= 0,720745488$$

Setelah rhitung dibandingkan dengan rtabel pada taraf signifikan 5% dan N= 40 maka butir angket yang diuji cobakan dinyatakan terdapat 11 item yang tidak valid terdapat di nomor item

(3,11,12,13,16,20,23,25,27,38,39)

item tidak valid ini akan dibuang atau tidak akan digunakan dan 29 item yang valid digunakan untuk mengumpulkan data peneltiain

Uji Reliabilitas

1. Kontrol diri

Uji reliabilitas instrument dilakukan untuk mengetahui apakah insstrumen mempunyai hasil yang sama atau dapat digunakan berulang kali, peneliti menggunakan rumus Alpha dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Reliabilitas angket kontrol diri dihitung dengan menggunakan rumus alpha cronbach yaitu :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sum \sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

r11 : Reliabilitas instrumen
 k : Banyaknya butir pertanyaan
 $\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir
 $\sum \sigma^2_t$: Varians total

$$= \left(\frac{34}{34 - 1} \right) \left(1 - \frac{28,201875}{198,174375} \right)$$

$$= (1,03030303) (1 - 0,14230838)$$

$$= (1,03030303) (0,85769162)$$

$$= 0,8868227$$

Berdasarkan hasil diatas diketahui r11 = 0,884 dan setelah dilihat indeks korelasinya termasuk dalam kategori tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa kuensioneer kontrol diri memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan

sebagai alat pengumpulan data. Kemudian dilihat pada tabel dibawah hasil hitung uji reabilitas dengan bantuan SPSS dengan menggunakan rumus cronbach's alpha dengan hasil 0,884 dan hasil tersebut sama dengan perhitungan manual diatas yaitu dengan nilai 0,884

Tabel 4.3.

Hasil Hitung Uji Reliabilitas Kontrol Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,884	34

2. Kecanduan Game online

Uji reliabilitas instrument dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen mempunyai hasil yang sama atau dapat digunakan berulang kali, peneliti menggunakan rumus Alpha dengan bantuan program SPSS

(Statistical Package for Social Science). Reliabilitas angket Kecanduan game onlinedihitung dengan menggunakan rumus alpha cronbach yaitu :

$$r11 = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sum \sigma^2_t} \right)$$

Keterangan :

r11 : Reliabilitas instrumen
 k : Banyaknya butir pertanyaan
 $\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir
 $\sum \sigma^2_t$: Varians total

$$r11 = \left(\frac{29}{29 - 1} \right) \left(1 - \frac{25,803125}{161,949375} \right)$$

$$= (1,03571429) (1 - 0,15932834)$$

$$= (1,03571429) (0,84067166)$$

$$= 0,87069565$$

Berdasarkan hasil diatas diketahui r11 = 0,870 dan setelah dilihat indeks korelasinya termasuk dalam kategori tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa kuensioneer kontrol diri memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data. Kemudian dilihat pada tabel dibawah hasil hitung uji reabilitas dengan bantuan SPSS dengan menggunakan rumus cronbach's alpha dengan hasil 0,871 dan hasil tersebut sama dengan perhitungan manual diatas yaitu dengan nilai 0,870

Tabel

Hasil Hitung Uji Reliabilitas Kecanduan Game Online

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,871	29

4.1.3. Uji Normalitas

Untuk melakukan analisis data secara korelasi, data terlebih dahulu di uji normalitas, uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Menurut Biu, dkk (2019) *Kolmogorov-Smirnov* lebih tepat untuk sampel besar atau lebih dari 40. maka uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dikarenakan sample > 40. Berikut uji normalitas menggunakan SPSS :

Tabel 4 Hasil Hitung Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
		Kontrol Diri	Kecanduan Game online	
N		63	63	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	114.46	88.62	
	Std. Deviation	12.468	17.220	
Most Extreme Differences	Absolute	.065	.078	
	Positive	.040	.078	
	Negative	-.065	-.071	
Test Statistic		.065	.078	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		.725	.427
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.713	.414
		Upper Bound	.737	.440

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.
d. This is a lower bound of the true significance.
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas dapat dilihat bahwa hasil perhitungan uji *Kolmogorov smmirnov* berdistribusi normal. Menurut Ghazali (2016) apabila nilai signifikasinya lebih besar dari $\alpha = 0,05$ maka data tesebut berdistribusi normal, sedangkan bila nilai signifikasinya lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dengan ($0,200 > 0,05$) nilai signifikan adalah 0,200 sehingga dapat dinyatakan bahwa keduanya memiliki syarat normalitas.

Uji Korelasi

Data diolah dengan menggunakan SPSS untuk korelasi hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* berikut hasil tabulasinya :

Tabel Hasil Hitung Uji Korelasi product moment

Correlations			
		Kontrol Diri	Kecanduan Game online
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	-.718**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	63	63
Kecanduan Game online	Pearson Correlation	-.718**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	63	63

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi diatas hasil uji korelasi penelitian ini menggunakan SPSS person correlation *product moment* diketahui yaitu kontrol diri dengan kecanduan *game online* memiliki hubungan nilai signifikansi adalah 0,01 sehingga dapat

dinyatakan bahwa pada $\text{sig} < 0,05$ bahwa kontrol diri dengan kecanduan *game online* memiliki hubungan negatif dengan nilai korelasi sebesar -0,718. Maka antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* memiliki hubungan yang kuat. Hasil ini dapat dilihat pada table interpretasi koefisien korelasi dibawah ini,

Tabel Nilai Pedoman interpretasi koefisien korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* menggunakan instrumen. Sebelum instrument dipergunakan untuk melaksanakan penelitian terlebih dahulu instrument tersebut di uji coba kepada sejumlah responden yang telah ditetapkan untuk menguji validitasnya. Jika instrument sudah valid maka instrument siap digunakan peneliti untuk penelitian. Instrumen dalam penelitian ini telah diuji coba kepada 40 responden. Uji coba instrument yang dilakukan untuk mengukur kontrol diri dan kecanduan *game online* berupa angket yang dimana setiap angket berisi 40 item pernyataan. Skor tertinggi adalah 4 dan yang terendah adalah Untuk menguji validitas instrument. Peneliti menggunakan *product moment* dengan bantuan program *Microsoft Excel*. Butir pernyataan dinyatakan valid jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ kemudian juga dapat di lihat melalui nilai signifikansi jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka item pernyataan dikatakan valid. Pada angket kontrol diri terdapat 34 valid dan terdapat 6 item yang tidak

valid yang dimana terdapat di nomor item (4,14,24,29,30,38) dan pada angket kecanduan *game online* terdapat 29 yang valid dan terdapat 11 item yang tidak valid terdapat di nomor item (3,11,12,13,16,20,23,25,27,38,39).

Pada penguji reliabilitas instrument, peneliti menggunakan rumus *Alpha* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Maka diketahui nilai $r_{11} = 0.884$ pada angket kontrol diri dan diketahui nilai $r_{11} = 0.871$ pada angket disiplin diri, setelah dikonsultasi dengan indeks korelasi termasuk dalam kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa angket kontrol diri dan kecanduan *game online* memenuhi kriteria reliabilitas sehingga dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas dengan menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* karena data yang digunakan dalam penelitian ini adalah < 63 responden, data sebaran berdistribusi normal. Berdasarkan hasil data pada table 4.1.5 dapat dijelaskan bahwa nilai signifikan adalah $0,200 > 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa keduanya normal.

Setelah peneliti memastikan data yang peneliti peroleh berdistribusi normal maka langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah dengan analisis korelasi. Analisis korelasi yang peneliti lakukan adalah menggunakan analisis korelasi *product moment*. Analisis *product moment* digunakan untuk menguji hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online*, hasil dari uji korelasi dapat dilihat dari tabel 4.6 yang sudah peneliti dapatkan. Maka dapat dijelaskan bahwa :

1. Nilai signifikansi $0,000 < 0,005$ maka berkorelasi/hubungan

2. Nilai pedoman (*Pearson Correlation*) bernilai 0,60 – 0,799 bentuk hubungannya positif dan masuk ke dalam berkorelasi kuat .

Berdasarkan 2 dasar pengambilan keputusan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa “kontrol diri berhubungan signifikan terhadap kecanduan *game online* “, artinya semakin tinggi kontrol diri maka makin rendah kecanduan *game online*.

Penelitian ini didukung teori Ghufroon & Risnawita (2022:21) menyatakan Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat mengontrol dan memainkan *game online* secara sehat sesuai dengan keperluan serta mempunyai batas waktu dalam bermain *game online* sehingga tidak menyebabkan kecanduan. Teori ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Tresna dkk, (2017) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri tinggi yaitu mampu mengontrol perilaku dengan cara menunda kepuasan agar dapat mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat, memiliki pertimbangan secara objektif, dan mampu memberikan penilaian secara subjektif. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi tidak akan mudah mengalami kecanduan khususnya terhadap *game online* karena individu tersebut mampu mengambil tindakan yang tepat atas masalah yang dihadapi.

Hasil dan Pembahasan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasi *product moment* yang dimana untuk melihat hubungan variabel x dengan y. Hasil penelitian

ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* di SMP Negeri 2 Medan. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data telah terbukti ada hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa di SMP Negeri 2 Medan. Hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan korelasi *Product moment* rhitung = - 0,718 dan rtabel pada taraf signifikan 5% sebesar 0,312 Rhitung > rtabel yaitu (0,718 > 0,312). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Sari, A. M., & Astuti, K. (2020) dengan judul penelitian Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa” Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa dengan nilai koefisien korelasi sebesar - 0,562 ($p < 0,01$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa.

Dari penelitian saya dengan penelitian sebelumnya terdapat persamaan dimana penelitian saya memperlihatkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan negatif dengan kecanduan *game online*. Sesuai dengan tujuan dan hasilnya pun memperlihatkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan dengan kecanduan *game online* pada siswa di SMP Negeri 2 Medan. Dari penjelasan ini dapat disimpulkan bahwasannya terdapat hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa di SMP Negeri 2 Medan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah diuraikan pada BAB IV, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang

signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa di SMP Negeri 2 Medan. hasil perhitungan korelasi *Product moment* $r_{hitung} = -0,718$ dan r_{tabel} pada taraf signifikan 5% sebesar 0,312 $r_{hitung} > r_{tabel}$ yaitu ($0,718 > 0,312$). wMelihat hasil perhitungan diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa di SMP Negeri 2 Medan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2020). Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan *Game online* Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 1(2), 42-47.
- Arikunto, S. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Azis, A., & Nasir, N. (2024). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan *Game online* Pada Remaja di Kota Bekasi. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 4(01), 29-38.
- Biu, E.O., Nwakuya, M.T., & Wonu, N. (2019). Detection of Non-Normality in Data Sets and Comparison between Different Normality Tests. *Asian Journal of Probability and Statistics*, 5(4), 1-20
- Faradilla, D. (2020). Kontrol diri dengan ketergantungan internet pada remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 590-599.
- Fitri, E., Erwinda, L., & Ifdil, I. (2018). Konsep Adiksi *Game online* dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 6(3), 211-219.
- Fitri, T. A., Putri, T. H., & Yulanda, N. A. (2021). Hubungan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan *Game online* Pada Remaja. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 3(2).
- Fitriani, D. D., Pandini, J. K. R., & Chasani, S. (2021). Korelasi Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Online Game* Pada Remaja. *Nursing Analysis: Journal of Nursing Research*, 1(1), 1-8.
- Ghufron, M., & Risnawaita, R. (2022). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media
- Ghuman, D., & Griffiths, M. D. (2012). A cross-genre study of *Online gaming*: Player demographics, motivation for play and social interactions among players. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 2(1), 13–29.
- Ghozali, I. (2006). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Alih Bahasa Istiwidayanti) (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga
- Jordan, C.J., & Andersen, S.L. (2017). Sensitive periods of substance abuse: Early risk for the transition to dependence. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 25, 29–44
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). *Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment and prevention*. New York: Academic Press.

- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 8(1).
- La Febrina, C. (2014). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap agresivitas siswa. *JIV-Jurnal Ilmiah Visi*, 9(1), 28-35.
- Miranda, P. H., Waluyanto, H. D., & Zacky, A. (2018). Perancangan buku komik sebagai media informasi mengenai dampak game terhadap perilaku sosial anak. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(12), 9.
- Naomi, P., & Mayasari, I. (2008). Pengaruh kontrol diri terhadap perilaku pembelian kompulsif. *Jurnal Telaah Bisnis*, 9(2), 179-193.
- Prasetyo, A. F., & Shofia, D. (2019). Pengaruh *Game online* Android Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas Iv Mi Islamiyah Kebomlati Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban Tahun Pelajaran 2017-2018. *Premiere: Journal of Islamic Elementary Education*, 1(1), 49-65.
- Prasetyo, A., Rondli, W. S., & Ermawati, D. (2023). Dampak Permainan *Game online* Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(1), 333-340.
- Rumiris, s., & manotar, s. (2020). Dampak Kecanduan *Game online* Terhadap Asthenopia pada Pelajar. Yogyakarta: Deepublish.
- Sari, A. M., & Astuti, K. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa. *Universitas Mercubuana Yogyakarta Vol, 2*.
- Siregar, E. Y. (2013). Penerapan cognitive behavior therapy (cbt) terhadap pengurangan durasi bermain games pada individu yang mengalami games addiction. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 17-24.
- Sugiyono. (2020). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & B. Bandung: CV.Afabeta.
- Sumber *website* :
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/09/20/pengguna-internet-di-indonesia-tembus-213-juta-orang-hingga-awal-2023>
- Suplig, M. A. (2017). Pengaruh kecanduan *game online* siswa SMA kelas X terhadap kecerdasan sosial sekolah kristen swasta di Makassar. *Jurnal Jaffray*, 15(2), 177-200.
- Susilawati, S., & Hendriansyah, H. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Interaksi Teman Sebaya Terhadap Kecanduan *Game online* Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 11(2).
- Puspita, S. T. A., & Mulyana, O. P. (2018). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1), 1-5.
- Wijaya, C., V., & Paramita, S. (2019). Komunikasi Online Chat Dalam *Game online* (Studi Kasus Dalam *Game Mobile Legends*). *Koneksi*, 3(1), 261.
<https://doi.org/10.24912/kn.v3i1.6222>