

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

**Irvanda Dova Pratika<sup>1</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

**Tatik Meiyuntariningsih<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

**Akta Ririn Aristawati<sup>3</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Email: [irvandadp@gmail.com](mailto:irvandadp@gmail.com)

### **Abstract**

*One clear evidence of technological developments is the internet. Everyone can access many things, one of which is playing online games. In addition to having a positive impact on the internet, it can also boomerang for users which can lead to negative effects such as playing online games on an ongoing basis, in other words, online games have a fun effect for gamers, it also has the potential to create the phenomenon of online game addiction for gamers. This study aims to determine the relationship between self-control with online game addiction tendencies in PUBG Mobile gamers. The research subjects are students who are registered at UKM E-SPORT University 17 August 1945 Surabaya who were selected through random sampling technique totaling 130 people from the results of the krejcie sample table showing that from 130 populations, the sample size is 97 people, but when giving a questionnaire that fills in a total of 100 subjects. So the total sample used in this study was 100 subjects. The method of data collection was done through an online questionnaire (google form) using the Online Game Addiction scale and the Self-Control Scale. The data analysis technique used is the Pearson Product Moment correlation test. The results of this study indicate that there is a negative and very significant relationship between self-control and online game addiction in PUBG Mobile Gamers.*

**Keywords:** Online game addiction tendencies, self control, PUBG Mobile Gamers

### **Abstrak**

*Salah satu bukti nyata perkembangan teknologi adalah adanya internet. Setiap orang dapat mengakses berbagai banyak hal, salah satunya adalah bermain game online. Selain memberi pengaruh positif internet pun dapat menjadi bumerang bagi penggunaanya yang bisa mengakibatkan pengaruh negatif seperti bermain game online secara berkelanjutan dengan kata lain game online tersebut memberikan efek kesenangan bagi para gamers, juga mengakibatkan memiliki potensi munculnya fenomena kecanduan game online bagi para gamers. Penelitian ini tujuannya untuk melihat korelasi antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG Mobile. Subjek penelitian yaitu Mahasiswa yang terdaftar di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang dipilih melalui teknik random sampling berjumlah 130 orang dari hasil besaran sample table krejcie menunjukkan dari 130 populasi, maka besaran sample sebesar 97 orang, namun pada saat memberikan kuisioner yang mengisi sejumlah 100 subjek. Maka*

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

*total sample yang digunakan pada penelitian ini adalah 100 subjek. Metode pengumpulan data dilakukan melalui kuisioner secara online dengan (google form) menggunakan skala Kecanduan Game Online dan Skala Kontrol Diri. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada Gamers PUBG Mobile.*

**Kata Kunci:** Kecenderungan kecanduan game online, kontrol diri, Gamers PUBG Mobile

### **Pendahuluan**

Globalisasi adalah proses pertukaran ide, budaya, produk, dan teknologi di seluruh dunia. Artinya bila sudah memasuki era globalisasi, semua orang di setiap negara harus siap menghadapi perkembangan semua perubahan yang ada. Salah satu bukti nyata perkembangan teknologi ialah adanya internet. Setiap orang dapat mengakses berbagai banyak hal, seperti sarana alat berkomunikasi, sarana untuk mencari informasi, dan sebagai sarana seperti belanja *online*, menonton video, bermain *game online*, dan sebagainya. Selain memberi pengaruh positif internet pun dapat menjadi bumerang bagi penggunaannya yang bisa mengakibatkan pengaruh negatif seperti bermain *game online* secara berkelanjutan. Dengan kata lain *game online* tersebut memberikan efek kesenangan bagi para *gamers*, juga mengakibatkan memiliki potensi menjadi kecanduan bagi para *gamers*. Pecandu *game online* yaitu mereka yang tidak dapat menarik diri dari hubungannya dengan *game online*. Sehingga mengganggu kehidupan sosial, aktivitas dan pekerjaan sehari-hari mereka

Riset menunjukkan bahwa beberapa pecandu *game online* di Indonesia yaitu remaja (Putro dan Nurjanah, 2013). Menurut laporan terbaru Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2020). Jumlah pengguna internet mencapai 73,7 persen dari populasi Indonesia. Mengalami jumlah kenaikan secara masif akibat pembelajaran *online* dan kebijakan bekerja dari rumah (*work from home*) akibat pandemi covid-19. Berdasarkan wilayah geografisnya, pulau Jawa berkontribusi terbesar, yakni 56,4%. Selanjutnya pulau Sumatera 22,1%. Disusul pulau Bali-Nusa Tenggara 5,2%, Sulawesi 7%, Kalimantan 6,3% , dan Maluku-Papua 3%. Seiring bertambahnya pengguna internet, pengguna *game online* di Indonesia pun bertambah. Pemain *game online* di Indonesiadiperkirakan sekitar 10 persen dari jumlah pengguna internet. Sejak tahun 2012 pengguna *game online* setiap tahunnya diprediksi naik sekitar 5-10% (<http://lintas.me/go//ligagame.com>) Potensi pengguna *game online* di Indonesia yang mengikuti trend ini beresiko meningkatkan kecanduan *game online*.

Young (dalam Swandarini, 2007) menunjukkan bahwa kecanduan adalah gangguan mengontrol dorongan dengan kondisi yang mirip dengan judi patologis. Kekuatan kecanduan dimulai dengan dorongan agar mencoba substansi seperti obat dan alkohol, ataupun kegiatan seperti menggunakan *game online*, sesudah itu seseorang cenderung memperoleh manfaat dari perilaku ini dan pengguna cenderung

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

mengulangi tingkah lakunya. Jadi dapat disimpulkan suatu hal. Umumnya hal tersebut mengacu pada empati yang berlebihan dan dimotivasi oleh kegemaran atau keinginan kuat pada suatu hal. Individu yang kecanduan sering tidak mempunyai kendali atas apa yang harus dilakukan.

*Game online addiction* ialah kesenangan untuk bermain sebab memuaskan, maka menciptakan perasaan pengulangan aktivitas menyenangkan saat bermain *game online*. Kecanduan *game online* yaitu tingkah laku individu yang ingin terus bermain *game online* serta menggunakan waktu yang banyak dan bisa saja seseorang yang terkait tidak dapat mengontrolnya (Feprinca 2008). Burhan (dalam Affandi 2013) mengungkapkan bahwa *game online* ialah *game* komputer yang dimainkan oleh multi pemain melalui internet. Sering kali ditawarkan selain layanan dari penyedia jasa *online* maupun bisa diakses langsung dari perusahaan yang berspesialisasi dalam menyediakan *game*. Untuk memainkannya dibutuhkan 2 perangkat penting yakni seperangkat komputer dengan spesifikasi yang tepat dan koneksi internet.

Kim dkk (2002 dalam Azis, 2011) memaparkan bahwa *Game online* yaitu permainan yang banyak dimainkan secara bersamaan melalui jaringan komunikasi *online*. Selain itu, Winn dan Fisher (Azis, 2011) memaparkan bahwa *multiplayer online game* sebagai pengembangan *gamedengan* skala yang besar, dimana pemainnya satu orang mempergunakan format ataupun metode yang sama dan menggunakan konsep yang sama misal setiap *game* lain mempunyai perbedaan yakni bahwa untuk *multiplayer game* bisa dimainkan oleh sejumlah orang secara bersamaan.

Berdasar pemaparan tersebut bisa diambil kesimpulan bahwa Kecanduan *game online* yaitu suatu bentuk kecanduan dimana adanya tingkah laku tidak sehat yang kompulsif maupun perilaku yang dilakukan berulang kali untuk bermain *game online* agar memperoleh rasa puas yang menyebabkan kesulitan untuk berhenti serta membatasinya walaupun perilaku tersebut menimbulkan sejumlah permasalahan sosial maupun emosional.

*Game online PUBG*, merupakan jenis pertempuran yang terdapat unsur kekerasan, kebrutalan serta memberi pengaruh pada perubahan tingkah laku yang negatif. Karena mengandung unsur tersebut beberapa negara mengambil kebijakan terhadap *game online PUBG* dengan mengharamkan *game online* tersebut. Keputusan melarang atau mengharamkan *PUBG* tidak terlepas dari kebijakan yang dikeluarkan oleh parapejabat di Irak, China, Nepal, India dan Indonesia. Mereka melarang *PUBG* karena khawatir dapat memicu kekerasan di dunia nyata (Okezone, 2019). Dampak negatif lainnya dari *game online PUBG* adalah pengaruh terhadap kesehatan mata, memicu kekerasan di dunia nyata, lupa waktu dan bisa memberi pengaruh pada aspek sosial untuk menjalani kehidupan sehari-hari, sebab menghabiskan waktu di dunia maya (Brilio.com, 2019). Permainan *PUBG* adalah permainan yang menyenangkan serta menimbulkan kecanduan tersebut bisa berdampak pada intensitas bermain yang tinggi. Beberapa anak yang sudah mengalami kecanduan menghabiskan sepanjang waktunya

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

untuk mengakses *game* tersebut.

Menurut Pratomo (2018), PUBG (*Player Unknown's Battleground*) adalah sebuah *game* yang sangat digemari dari tahun 2017 lalu. Hanya dalam waktu setahun, *game* ini terjual dengan jumlah yang sangat banyak. Jumlah pemain juga akan bertambah. Menurut perusahaan, jumlah total pemain lintas platform mencapai 400 juta jiwa. Berarti apabila 50 juta orang bermain di PC dan Xbox One, 350 juta yang lain akan bermain di ponsel.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 2 November 2019 di SDN 01 Wiroditan Bojong Kabupaten Pekalongan ditemukan berbagai fakta dari kelas I, II, III, IV, V, dan VI khususnya kelas IV, V, dan VI antara lain siswa sebagian besar sudah menggunakan handphone dan memainkan *game online* PUBG saat mereka di rumah setiap hari (*International Journal of Natural Sciences and Engineering*, Vol. 4, No. 1, Tahun 2020). Gejala kecanduan *game online* antara lain bermain tiap hari dengan waktu yang lama, mengorbankan hubungan sosial demi bermain *game*, menggunakan *game* sebagai pelarian, tidak bisa beristirahat atau mudah tersinggung saat tidak bermain *game*, fokus pada *game*, dan terus bermain *game* apapun konsekuensinya. Orang tua harus mewaspada di balik peningkatan kegiatan *game online* terdapat potensi bahaya yang disebut *Gaming Disorder* dimana dapat memberi pengaruh pada kesehatan psikis. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mencantumkan keadaan tersebut dalam daftar ICD (klasifikasi penyakit internasional) edisi ke-11 sejak pertengahan 2018 lalu. Pengaruh negatif dari kecanduan *game online* terlihat jelas saat kebiasaan permainan mereka tersebut melibatkan masalah kehidupan nyata seperti masalah keuangan, relasi, kesehatan, hingga masalah akademis.

Tribunnews (2019), salah satu masalah terkait keuangan, Rabu (10/1/2019), sekelompok anak ditangkap karena pencurian di salah satu rumah di desa Selindung Kota Pangkal Pinang, Bangka Belitung. Mereka melakukan perilaku nekat ini karena kecanduan *game online*, 4 anak dibawah umur yaitu RI (12), RY (12), ES (13) dan GF (13), mereka mencuri 2 unit handphone, uang tunai sejumlah 8 juta serta 5 tabung gas ukuran 3 kilogram. Uang yang dicuri selanjutnya mereka bagi empat untuk bermain *game online* di warnet. Pelaku RY juga menjelaskan bahwa mereka sering menggunakan waktu bermain *game online* di warnet dan sering bolos sekolah karena kecanduan *game online*.

Akibat pada akademis yakni berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Riska (2014) tentang Fenomena Kecanduan *Game Online* pada Siswa (Studi Kasus pada Siswa SMK Negeri 2 Jember) menunjukkan terdapat dampak negatif pada prestasi siswa yang sudah dihubungkan dengan daftar ketidakhadiran siswa. Sejumlah siswa secara teratur ditegur oleh pihak BP karena bolos sekolah, salah satunya sudah mempunyai riwayat buruk memalsukan surat izin sakit. Peraturan di SMK negeri 2 Jember yang ketat dan sangat disiplin terkait waktu masuk serta peraturan bagi siswa telat yakni sanksi tidak diperbolehkan mengikuti jam pelajaran awal serta harus mengundang

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

orangtua ke sekolah supaya siswa terlambat bisa kembali ke sekolah membuat tindakan pelanggaran misal pemalsuan surat izin, surat sakit, bahkan siswa cenderung tidak masuk sekolah dibanding harus membawa orangtua ke sekolah. Hal ini yang menyebabkan siswa lebih memilih untuk pergi ke *game center* dibanding harus pulang serta dimarahi oleh orang tua. Siswa yang bolos sekolah karena *game online* akan berdampak pada prestasi yang didapat siswa. Berdasar hasil penelitian yang didapat sebagian besar subyek pada penelitian ini hasil belajarnya menurun.

Dampak pada kesehatan yaitu Berdasar hasil penelitian Sindhi (2013) terkait korelasi frekuensi bermain *game online* pada pemenuhankebutuhan tidur pada anak usia remaja membuktikan bahwa siswa pada frekuensi bermain *game online* tinggi 4 Universitas Sriwijaya dengan pemenuhan kebutuhan tidur yang tidak dipenuhi yakni dari 49 responden terdapat sejumlah16 responden (32,7%) dengan skor  $p < 0,05$ . Ditemukan korelasi antara frekuensi bermain *game online* denganpemenuhan kebutuhan tidur, berarti tingkat frekuensi bermain *game online* yang semakin tinggi, maka semakin rendah juga pemenuhan terhadap kebutuhan tidur. Sejumlah faktor yang memberi pengaruh pada seseorang yang kecanduan *game online* ialah rasa bosan yang dialami, minimnya kontrol diri, jenis *game*, dan cara pengasuhan orang tua yang salah (Griffithset al, 2009). Penelitian Herlina (2004) terkait hubungan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet di Jogjakarta membuktikan terdapat korelasi negatif bermakna antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet salah satunya ialah kecanduan *game online*.

(Ningrum, 2013) *game online* memiliki dampak negative terhadap penggunaanya. *Game online* mempengaruhi kesenjangan sosial. Adaptasi sosial yang buruk memberi dampak terhadap terganggunya fungsi sosial dan psikologis ataupun rusaknya hubungan manusia dengan lingkungan. Kegagalan untuk menatasi konflik yang dihadapi seseorang ataupun menemukan solusi yang tepat bisa menyebabkan penyesuaian sosial menjadi buruk, serta menimbulkan banyak gejala emosional maupun konflik yang membuat frustrasi

Kontrol diri ialah bagian penting dari menghilangkan kecanduan tersebut. Papalia, dkk, (2004) memaparkan bahwa kontrol diri yaitu kemampuan seseorang dalam mengadaptasikan perilakunya dengan apa yang dinilai dapat diterima masyarakat. Selaras dengan Baron (2005) yang mengungkapkan kontrol diri yaitu kemampuan mengontrol emosi, perilaku dan pikiran supaya bisa menahan impuls internal dan eksternal. Dengan demikian individu bisa bertindak dengan benar. Chaplin (2001) memaparkan bahwa kontrol diri ialah kemampuan dalam mengarahkan perilaku seseorang, yakni kemampuan individu dalam menekan dorongan dan perilaku impulsif.

Tangney dkk (2004) mengungkapkan bahwa kontrol diri yaitu kemampuan untuk meniadakan ataupun memodifikasi reaksi dasar seseorang, dan untuk mencegah kecenderungan tingkah laku yang tidak diharapkan serta menahan diri untuk melakukan hal itu. Kontrol diri membantu menghasilkan konsekuensi positif dalam

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

hidup. Kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan dalam membimbing, mengatur, menyusun, serta membawa pola tingkah laku yang bisa mengarah pada hasil yang positif. Selanjutnya, sebagai kemampuan seseorang dari perspektif wawasan untuk membaca dan memahami kondisi lingkungan, serta kemampuan mengelola ataupun mengontrol faktor perilaku berdasarkan kondisi dan keadaan yang muncul dalam lingkungan sosial. (Ghufron & Risnawita, 2010). Berdasar definisi tersebut bisa diambil kesimpulan bahwa kontrol diri yaitu kemampuan seseorang dalam mengatur, mengendalikan, serta mengarahkan tingkah laku ataupun impulsnya dan membawanya ke arah hasil yang positif. Kontrol diri bisa dipahami sebagai mengendalikan perilaku dengan mengamati respons impuls berupa hal yang menyenangkan sehingga tidak terbawa di dalamnya dan merugikan diri sendiri sebelum bertindak ataupun mengendalikannya.

Young (dalam Trisnani & Wardani, 2018) mengemukakan bahwa dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, meraih nilai tertinggi, melaksanakan misi dalam dunia virtual. Dari faktor jenis *game* ini, mereka rela menghabiskan uang yang banyak untuk membeli perlengkapan dari *game online*, seperti pembelian senjata, pembelian *voucher* untuk naik tingkat, ataupun yang lain. Bahkan tercatat dari berbagai kasus, ada sejumlah *gamers* yang kecanduan *game online* ini menggunakan waktu untuk bermain *game* dengan sia-sia serta tidak makan, beribadah, mandi, maupun bekerja dan melakukan tugas sebagai kewajiban pada pikiran pecandu *game online* tersebut hanyalah bermain, dan cara memperoleh strategi kemenangan.

Berdasar latar belakang yang sudah diuraikan tersebut, maka permasalahan yang bisa diidentifikasi pada penelitian ini ialah fenomena kecenderungan kecanduan *game online* pada pecandu *game PUBG Mobile* yaitu fenomena yang sering ditemukan pada kehidupan saat ini. Kecanduan *game online* pada *pecandu game online* dikarenakan adanya faktor internal ataupun eksternal terutama pada UKM E-Sport Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Salah satu faktor internal yaitu rendahnya kontrol diri *gamers*, dengan demikian pemain *game* kurang mencegah kemunculan pengaruh negatif dari bermain *game online* yang berlebihan. Salah satu faktor eksternal adalah jenis *game*, inovasi yang terus berkembang dan terus diperbarui oleh developer *game*, sehingga memberi kesan lebih menarik dan menjadi sebuah tantangan dan daya tarik baru bagi seorang *gamers* dan salah satu *game* yang banyak diminati salah satunya adalah *PUBG (Player Unknown's Battle Ground)*. Sehingga, penulis ingin meneliti tentang kecanduan *game online* sebagai variabel Dependen (terikat). Mengenai ini maka penulis ingin mengetahui apakah terdapat korelasi antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online* pada *gamers PUBG*.

Berdasarkan Penelitian-penelitian terdahulu sudah banyak menggunakan kontrol diri dan kecenderungan kecanduan *game online* sebagai variabelnya. Akan tetapi, selama peneliti mencari referensi untuk penelitian ini, peneliti belum mendapatkan

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

sumber judul yang seperti judul yang peneliti ajukan, yaitu “Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online* pada gamers *PUBG Mobile*”. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah ditinjau dari perbedaan variable yang dihubungkan dengan kecanduan *game online*, peneliti menggunakan variable kontrol diri sebagai variable pembanding dilihat dari penelitian sebelumnya belum ditemukan adanya variable kontrol diri yang dihubungkan dengan kecenderungan kecanduan *game online*. Keaslian penelitian ini dilandaskan pada beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki ciri yang relatif sama dari segi topik penelitian, tetapi berbeda dalam jumlah populasi, standar subjek, serta metode penelitian. Dengan demikian, maka topik penelitian yang peneliti lakukan ini benar-benar asli.

### **Metode**

#### **Desain Penelitian**

Jenis Penelitian yang dipergunakan ialah kuantitatif bila diamati dari bentuk datanya, (Sugiyono, 2010) memaparkan bahwa data kuantitatif yaitu data dalam bentuk angka, maupun data kualitatif yang telah diubah menjadi angka. Berdasar cara pengumpulan data, penelitian ini menerapkan metode survey yakni dengan memberi kuisoner secara *online* dengan (*google form*). Penelitian ini tujuannya untuk melihat korelasi antara variabel bebas (kontrol diri) dan variabel terikat (kecanduan *game online*).

Sampel pada penelitian Mahasiswa aktif Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya memainkan jenis *game online PUBG Mobile*. Besaran sampel dari penelitian ini dirumuskan menggunakan tabel *krejcie*, dari hasil besaran sample table *krejcie* menunjukkan dari 130 populasi, maka besaran sample sebesar 97 orang. Apabila sudah memenuhi target 97 subjek maka peneliti memberhentikan kuisoner secara *online* dengan (*google form*), namun pada saat memberikan kuisoner yang mengisi sejumlah 100 subjek. Maka total sample yang dipergunakan pada penelitian ini ialah 100 subjek.

Skala pengukuran Kecanduan Game Online dalam penelitian ini menggunakan indikator dari (Young dalam Widiani, 2004) dengan mengacu pada 10 indikator yaitu : Perhatian tertuju pada kegiatan *online*, mempunyai keinginan bermain dengan intensitas waktu yang bertambah agar memperoleh kepuasan, Tidak bisa mengurangi, mengontrol, maupun menghentikan kegiatan bermain *game online*, Merasa tertekan, gelisah, atau mudah marah saat berhenti bermain *game online*. lebih lama dari waktu yang ditentukan, *Online* lebih lama, Bermain *game online* ialah cara untuk menjauhkan diri dari perasaan yang tidak menyenangkan maupun menjauhkan diri dari beberapa masalah, Selalu kembali bermain *game online* meskipun telah mengeluarkan uang yang banyak untuk bermain, Kecenderungan untuk menarik diri saat *offline*, Berani mendapat resiko kehilangan kesempatan berkarir akibat *gameonline*, hubungan dengan pendidikan, pekerjaan, orang terdekat, Berbohong

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

pada keluarga untuk merahasiakan tingkat hubungan dengan *game online*. Skala ini memiliki nilai validitas sebesar 0,387 - 0,767 serta skor skala *Kecanduan Game Online* sebesar 0,959 yang menunjukkan bahwa *Kecanduan Game Online* memiliki nilai reliabel yang sangat tinggi.

Skala kontrol diri yang digunakan dalam penelitian berlandaskan teori yang dikemukakan oleh Averill (dalam Widiana, 2004) yang terdiri dari 5 aspek yang diungkap, yaitu Kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa, kemampuan mengambil keputusan. Pada skala kontrol diri memiliki nilai validitas 0,442 - 0,717 dan nilai reliabilitas skala kontrol diri sebesar 0,931 yang menunjukkan bahwa skala kontrol diri reliabel.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk memberikan gambaran mengenai korelasi variabel X (kontrol diri) dengan variabel Y (*kecanduan game online*). Korelasi *product moment* ini didasarkan guna melihat seberapa besar kekuatan korelasi antara kedua variabel dimana variabel yang lain dikatakan memberi pengaruh dibuat tetap maupun dikendalikan sebagai variabel kontrol. Dalam melakukan analisis, peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 26.0 for windows.

### **Hasil**

Penelitian dilaksanakan pada hari senin sampai selasa tanggal 5 juli sampai 6 juli 2021 secara online di Grup Whatsapp UKM-ESPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Pengambilan data dilakukan memberikan kuisioner secara *online* dengan (*google form*) kepada Mahaiswa yang aktif terdaftar di UKM E- SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang berjumlah 97 subyek penelitian, namun ketika pengisian kuisioner berlangsung kelebihan 3 yang mengisi kuisioner. Jadi total subyek yang mengisi kuisioner berjumlah 100 orang.

Hasil dari uji normalitas dalam penelitian ini diperoleh bahwa antara dua variabel distribusi data normal, dan hasil dari uji linieritas anatara variabel kontrol diri dan variabel kecanduan *game online*, diperoleh bahwa 2 variabel tersebut linier. Sebab data memberi sumbangan normal dan linier maka dihitung dengan rumus korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil uji hipotesis perhitungan analisis data penelitian membuktikan skor *Correlation Coefficient* = -0,754 dengan tingkat signifikansi (p)= 0,00

Hasil uji korelasi menggunakan *product moment* untuk melihat hubungan keterikatan antara kecenderungan kecanduan game online pada *Gamers PUBG Mobile* diperoleh hasil sebagaimana disajikan pada tabel 1.

**Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Product Moment**

Variabel	Sig.	Correlation Coefficient
Kontrol diri dan Kecanduan Game Online	0,000	-0,754

Sumber : Parametrik SPSS versi 26.0 for



## Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?

---

*windows*

Berdasarkan data pada tabel 1 dapat dilihat bahwa hasil perhitungan korelasi antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*. Tingkat signifikansi ( $p$ ) < 0,01 memiliki arti antara variabel bebas

(X) kontrol diri dengan variabel yang terikat (Y) kecanduan *game online* signifikan. Hal tersebut artinya hipotesis yang diajukan oleh peneliti yang berbunyi “ada hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online* pada Gamers *PUBG Mobile*” diterima. Dari hasil koefisien korelasi senilai -0,754 artinya bahwa korelasinya mempunyai sifat *negative*, yang membuktikan terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada Gamers *PUBG Mobile*, berarti kontrol diri yang semakin tinggi maka kecenderungan kecanduan *game online* pada Gamers *PUBG Mobile* semakin rendah, sebaliknya kontrol diri yang semakin rendah maka kecanduan *game online* yang dilakukan pada Gamers *PUBG Mobile* semakin tinggi.

### **Pembahasan**

Berdasar data penelitian yang sudah dianalisis, didapat korelasi negatif bermakna antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online*. Hal ini berarti kontrol diri yang semakin rendah maka kecenderungan kecanduan *game online* semakin tinggi, sebaliknya kontrol diri yang semakin tinggi maka kecenderungan kecanduan *game online* yang dilakukan Gamers *PUBG Mobile* di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya semakin rendah.

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesa yang diajukan, bahwa ditemukan korelasi negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*. Hal ini berarti kontrol diri yang dilakukan Gamers *PUBG Mobile* di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya mempengaruhi adanya kecenderungan kecanduan *game online* yang dilakukan oleh Gamers *PUBG Mobile* di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, sehingga Gamers *PUBG Mobile* di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan kontrol diri yang rendah maka akan kecanduan *game online*. Kontrol diri dapat terjadi ketika individu fokus pada keinginan yang akan dicapai

Kecenderungan tingkat kontrol diri yang tinggi pada penelitian ini bisa dikarenakan oleh sejumlah faktor yakni kontrol stimulus, kontrol internal, dan kontrol hasil. Kontrol internal yaitu kemampuan seseorang untuk mengontrol kecenderungan yang terdapat padadiri individu tersebut. Misal, mengontrol keinginan untuk bermain *game online* dengan melakukan kegiatan lain diluar *game online* atau membuat jadwal. Sedangkan kontrol stimulus ialah kemampuan seseorang dalam

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

mengendalikan tingkah lakunya untuk menghadapi dorongan maupun kondisi yang tidak menyenangkan. Seperti berusaha menjauhi atau tidak bermain *game online*. Sementara kontrol hasil yaitu kemampuan seseorang untuk mengontrol kecenderungan yang ada didalam dirinya dan mengontrol kondisi yang tidak menyenangkan. Seseorang berusaha mengontrol tingkah laku bermain *game onlinenya* dengan membuat jadwal bermain maupun melakukan kegiatan lain diluar *game online*.

Golfird dan Merbsuw dalam (Ghufiron & Risnawita, 2010) memaparkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan dalam mengatur,menyusun, mengarahkan, dan membimbing bentuk tingkah laku yang bisa menimbulkan akibat positif bagi seseorang. Jadi pemain harus mampu membatasi intensitas dan waktu bermain *game online* agar tidak mengganggu kegiatan dan merugikan maupun tugas yang lain. Sementara Elfidan dalam Muniroh (2013) memaparkan bahwa kontrol diri terkait dengan cara seseorang mengontrol emosinya sendiri dan impuls dari dalam, mengendalikan emosi artinya mempergunakan sikap rasional untuk menghadapi kondisi serta mencegah adanya reaksi yang berlebihan. Adapun hasil penelitian yang dilakukan pada UKM E-Sport di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya menunjukkan bahwa perilaku kecanduan *game online* yang dilakukan sangatlah tinggi. Adanya beberapa turnamen yang mengharuskan mereka untuk berlatih hampir setiap hari dengan durasi yang lama membuat kontrol diri mereka kurang baik, sehingga mengakibatkan mereka lebih memprioritaskan berlatih *game online* dari pada kegiatan lainnya seperti mengerjakan tugas kuliah, dan mengabaikan waktu dari jam tidur mereka

Hal demikian selaras dengan pendapat Young (dalam Widiana, 2004) yang mengungkapkan bahwa tingginya kontrol diri yang dimiliki seseorang bisa mengontrol tingkah laku *game onlinenya*, bisa bermain *game online* berdasarkan keperluan, bisa memadukan kegiatan *game online* dengan kegiatan lainnya di kehidupannya serta tidak membutuhkan *game online* sebagai pelarian dari permasalahan. Kontrol Diri sebagai faktor penting yang menjadikan pemain sulit berhenti dari kebiasaannya dalam bermain *game* serta menjadi kecanduan ialah ketidakmampuannya untuk mengontrol diri. Adapun anggota dari UKM E-Sport Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dari perilaku mereka yang lebih memprioritaskan berlatih *game online* membuat mereka juga sering kali mengabaikan masalah-masalah yang terjadi pada mata kuliah ataupun tugas yang diberikan oleh dosen. Beberapa dari mereka masih sering membiarkan tugas menumpuk karena lemahnya kontrol diri untuk membatasi waktu untuk berlatih persiapan turnamen *game online*. Hal tersebut artinya lemahnya kontrol diri terhadap perilaku kecenderungan kecanduan *game online* dapat membuat seseorang mengabaikan masalah-masalah yang terjadi di lingkungan sosialnya. Manfaat yang dihasilkan dari penelitian ini lebih bisa dipergunakan jika dilaksanakan di ruang lingkup yang lebih luas sebab penelitian ini hanya mempergunakan sampel penelitian yang terbatas yakni 100 Mahasiswa yang aktif terdaftar di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Apabila penelitian yang sama dilaksanakan di tempat lain

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

seperti di kampung lain maupun setiap kampung di Surabaya dengan lingkungan ataupun penduduk yang lebih luas makanya bisa lebih berguna untuk masyarakat umum. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan kontrol diri mempengaruhi kecenderungan kecanduan *game online* yang dilakukan Gamers *PUBG Mobile*. Semakin tinggi kontrol diri seorang Gamers *PUBG Mobile* maka akan semakin rendah kecenderungan kecanduan *game online* yang dilakukan Gamers *PUBG Mobile*.

### **Kesimpulan**

Berdasar hasil penelitian, maka bisa diambil kesimpulan bahwa terdapat korelasi *negative* antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*. Hal tersebut berarti bahwa semakin rendah kecanduan *game online* yang dilakukan maka semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki akan dan semakin rendah kontrol diri pada Gamers *PUBG Mobile* maka akan semakin tinggi kecanduan *game online* yang dilakukan Gamers *PUBG Mobile*.

Peran Orang tua dapat mengurangi timbulnya kecenderungan kecanduan *game online*, dapat dilakukan melalui peningkatan pengawasan pada anaknya khususnya untuk bermain *game online*, mengingatkan dan membatasi waktu sekaligus diberikan tindakan tegas pada anaknya jika dirasa tela menggunakan waktu lama bermain *game online*. Selain itu, UKM E-Sport khususnya gamers *PUBG Mobile* disarankan untuk membuat jadwal pada saat bermain supaya dapat mengatur aktivitas. Rekomendasi untuk penulis selanjutnya adalah memperluas lokasi penelitian yaitu diluar UKM E-Sport dan mengungkap variabel-variabel lain yang mempengaruhi kemungkinan gamers *PUBG Mobile* untuk melakukan kecenderungan kecanduan *game online* seperti: Rasa bosan, lingkungan yang kurang dikontrol, keinginan yang kuat dari diri dalam mendapatkan nilai tertinggi *game online*, serta hubungan sosial yang kurang baik. Selain itu, pada penelitian ini dalam mengukur kontrol diri menggunakan jumlah aitem yang masih sedikit serta kecenderungan kecanduan *game online*, maka diharapkan untuk penelitian berikutnya peneliti bisa menambahkan aitem.

### **Referensi**

Affandi, Muhammad. 2013. "Pengaruh Game Online Terhadap Tingkat Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pada Kalangan Pelajar Kelas 5 Sdn 009 Samarinda".eJournal Ilmu Komunikasi, Vol 1 (4) :177-187.

Akbar, K. 2012. "Pengertian Game Online dan Jenisnya".

<http://akbarputrakotopiliang.blogspot.com/2012/12/permainan-daring-onlinegames-jenis.html> (diakses 21 Mei 2021)

Anderson, Craig A., dan Bushman, Bard J. 2001. "Effects of Violent Video Games on Aggressive Behavior, Aggressive Cognition, Aggressive Affect, Psychological Arousal, and Prosocial Behavior: A Meta-Analytic Review of the Scientific Literature". *Psychological Science Journal*, Volume 12, Nomor 5, September 2001.

Arman, M Elisabeth & Sujardi, Florensia F. 2002. "Hubungan Antara Tingkat Self

## **Kecenderungan kecanduan game online pada gamers PUBG mobile: Bagaimana peran kontrol diri?**

- Esteem dengan Kecenderungan Berbohong saat Chatting di Internet”. *Jurnal Psikologi UNPAD*, Volume 9, Nomor 1, Maret 2002.
- Azis, Ragil. 2011. “Hubungan Kecanduan Game Online dengan Self Esteem Remaja Gamers di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang”. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Azwar, S. 2006. “Reliabilitas dan Validitas”. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar Offset. Azwar, S. 2007. “Penyusunan Skala Psikologi”. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar Offset.
- Bovenkamp, Ruud Van De, dkk. 2013. “Understanding and Recommending Play Relationships in Online Social Gaming”. Delft University of Technology IEEE.
- Cervon, Daniel, Lawrence A Pervin. 2012. “Personality : theory and research”. Jakarta : Salemba Humanika.
- Feprinca, Dica. 2012. “Hubungan Motivasi Bermain Game Online Pada Masa Dewasa Awal Terhadap Perilaku Kecanduan Game Online Defence Of The Ancients (Dota 2)”. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya.
- Ghufron, M Nur, Rini Risnawita S. 2010. “Teori-teori Psikologi”. Yogyakarta : Ar- Ruzz Media. Hurlock, E.B (2002). *Psikologi Perkembangan*. 5 th edition. Erlanga: Jakarta.
- Khairunnisa, Ayu. 2013. “Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda”. *eJournal Psikologi*, 1 (2) : 220-229.
- Septiyani, Amalia. 2019. “Ini Panduan Lengkap Bermain PUBG Mobile Untuk Pemula Alias Newbie”.  
<https://games.grid.id/read/151727131/ini-panduan-lengkap-bermain-pubg-mobile-untukpemula-alias-newbie?page=all>.
- Sugiyono. 2017. “Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan RnD”. Bandung : Alfabeta
- Young. K.S, & Abreu. C. N. D. 2011. “Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment”. Canada: JohnWiley & Sons, Inc.