

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA PEMAIN *GAME ONLINE* DI *GAME CENTER X* SEMARANG

Ferry Hernoyo Budhi, Endang Sri Indrawati

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Sudharto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

ferryhernoyo.b@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa pemain *game online* di *game center X* Semarang. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa yang bermain *game online* di *game center X* Semarang. Sampel penelitian berjumlah 70 orang yang dipilih menggunakan teknik *convenient sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi, yaitu skala intensitas bermain *game online* (45 aitem valid dengan $\alpha = 0,944$) dan skala kontrol diri (20 aitem valid dengan $\alpha = 0,878$). Data yang diperoleh berdasarkan hasil analisis Spearmant-Brown menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,817$ dengan $p=0,00$ ($p<0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan negative antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa pemain *game online* di *game center X* Semarang dapat diterima. Nilai koefisien korelasi negative menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variable adalah negatif, artinya semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah intensitas bermain *game online*.

Kata kunci : kontrol diri; intensitas bermain *game online*,

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-control and intensity to playing game online at gamer online colleger in game center X Semarang. The populations of this study are colleger who playing game online at game center X Semarang. The subjects of this study are 70 .Technique sampling in this study using convinience sampling. Collecting data is using the intensity to playing game online scale consisting of 45 valid item ($\alpha = 0,944$) and self-control scale consisting of 20 valid item ($\alpha = 0,878$). The result of data analysis using Spearmant-Brown analysis technique with the correlation coefficient $r_{xy} = -0,817$ and $p < 0,01$. The result showed that hipotesis researcher submitted before, there is a negative relationship between self-control and intensity to playing game online at gamer online colleger in game center X Semarang is acceptable. It is mean that more negative self-control, will followed by higher intensity to playing game online.

Keywords: self-control; intensity to playing game online

PENDAHULUAN

Masa perkuliahan merupakan masa yang belum tentu dialami oleh setiap manusia. Semua manusia belum tentu merasakan pendidikan hingga jenjang perkuliahan meskipun banyak diantara mereka yang menginginkannya. Dalam dunia perkuliahan terdapat istilah mahasiswa, menurut peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Daldiyono (2009), menjelaskan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang telah lulus dari sekolah lanjutan tingkat atas dan sedang menempuh pendidikan tinggi.

Mahasiswa pada dasarnya memiliki tugas pokok untuk belajar secara total sesuai dengan bidang ilmu yang dipilih guna menyelesaikan studinya (Daldiyono, 2009). Namun dalam kenyataannya seringkali mahasiswa teralihkan fokusnya dalam kuliah dengan kegiatan lain di luar perkuliahan, salah satu contoh dari kegiatan tersebut adalah bermain *game online*. Pada dasarnya tujuan dari

diciptakannya *game online* adalah sebagai media untuk menghilangkan penat yang dialami, namun *game online* telah mengakibatkan ketagihan pada hampir semua pemakainya. Ketagihan akan *game online* ini terlihat dari intensitas bermain para penggunanya yang berkembang dari waktu ke waktu. Intensitas sendiri merupakan keadaan tingkatan dalam melakukan sesuatu (Badudu, 2007)

Chaplin (2011), berpendapat bahwa intensitas adalah suatu sifat kuantitatif dari suatu penginderaan, yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya. Mahasiswa yang kecanduan akan *game online* akan berupaya untuk memenuhi rangsangan bermain dengan meningkatkan frekuensi mereka dalam bermain *game online*. Bagi sebagian mahasiswa bermain *game online* bukan hanya demi mengejar kesenangan semata, mereka juga berbisnis dengan menjual item-item penting dalam *game*, karakter, serta mata uang dalam *game online* (Solihin, 2007). Young (2009), berpendapat bahwa penggunaan internet secara negatif, dalam hal ini penggunaan *game online* yang melebihi batas waktu yang wajar dikarenakan tidak adanya sosok yang memonitor serta menyensor terhadap apa yang dilakukan individu atau mahasiswa selama mereka bermain *game online*, oleh karena itu dibutuhkan kemampuan dari dalam diri individu tersebut untuk mengatur dan mengontrol perilaku mereka dalam bermain *game online*.

Chaplin (2011) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk membimbing tingkah lakunya sendiri atau kemampuan untuk menekan tingkah laku *impulsive*. Goldfried dan merbaum (dikutip oleh Ghufro dan Risnawita, 2011), mengemukakan bahwa kemampuan individu dalam mengatur dan mengontrol perilakunya disebut dengan kontrol diri. kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang berasal dari dalam dirinya (Ghufro dan Risnawita, 2011).

METODE PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari populasi, yaitu mahasiswa pemain *game online* yang aktif bermain di *game center* X Semarang minimal 3 kali seminggu. Peneliti menggunakan teknik *convenience sampling* untuk mengambil sampel uji coba begitu juga untuk mengambil sampel penelitian. Untuk uji coba peneliti mengambil 60 subjek dan dalam penelitian 70 subjek. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen skala model Likert yang mempunyai gradasi sangat positif sampai sangat negatif (Sugiyono, 2008). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Intensitas Bermain *Game Online* dan Skala Kontrol Diri. Seluruh komputasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program computer *Statistical Packages for Sosial Science (SPSS) for Windows* versi 17.0. Data-data yang terkumpul dalam penelitian ini akan dianalisis menggunakan teknik analisis Spearmant-Brown untuk diketahui hasil uji hipotesisnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis penelitian nilai $r_{xy} = -0,817$ dengan $p < 0.01$. Koefisien korelasi tersebut memiliki arti bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online*. Tingkat signifikan sebesar $p < 0.01$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online*. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah negatif, yang berarti semakin rendah kontrol diri maka intensitas bermain *game online* akan semakin tinggi. Dari hasil analisis Spearmant-Brown yang dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online* mahasiswa pemain *game online* di *game center* X Semarang dapat diterima.

Subjek memainkan *game online* untuk mencari kesenangan bagi dirinya sendiri dengan cara meraih prestasi dalam permainan online, berteman dengan sesama pemain *game online*, dan terlibat secara mendalam di *game* yang dimainkan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Griffiths dkk (2004), para pemain *game* mengorbankan aktivitas yang lain untuk bisa bermain *game*, mereka mengorbankan waktu untuk hobby yang lain, mengorbankan waktu untuk tidur, bekerja ataupun belajar. Young (2000), berpendapat bahwa *game online* mengakibatkan kecanduan, dimana seseorang yang mengalami kecanduan maka akan menyebabkan seseorang menghabiskan waktu berjam-jam bahkan berhari-hari hanya untuk bermain *game online*. Piyeke (2014), menyimpulkan bahwa penyebab seseorang bermain *game online* secara berlebihan dikarenakan oleh rutinitas yang membosankan, kurangnya kesempatan untuk bersantai dari padatnya jadwal sekolah atau kuliah, suasana tempat tinggal yang jauh dari kenyamanan yang menyebabkan seseorang betah berlama-lama di *game center*, serta adanya ajakan teman dalam bermain *game* untuk tetap sama-sama memainkan *game online*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini memiliki tingkat intensitas bermain *game online* yang tinggi. Sebanyak 41,5% (29 dari 70 orang) pada kategori tinggi dan 58,5% (41 dari 70 orang) pada kategori sangat tinggi. Sedangkan untuk kontrol diri, sebanyak 54% (38 dari 70 orang), sisanya 16%. (11 dari 70 orang) berada pada kategori rendah, 28,5% (20 dari 70 orang) pada kategori tinggi, dan 1,5% (1 dari 70 orang) berada pada kategori sangat tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri berada pada taraf rendah. Keadaan tersebut terjadi karena subjek tidak mampu mengontrol perilaku, kognitif, dan keputusannya (Averill, dikutip oleh Ghufon dan Risnawita, 2011). hal ini sejalan dengan penelitian Wulandari (2015), bahwa rendahnya kontrol diri dikarenakan ketidakmampuan seseorang dalam menggunakan ketiga aspek yang telah di jelaskan oleh Averill.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa pemain *game online* di *game center* X Semarang. Semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi intensitas bermain *game online* yang dimunculkan, demikian pula sebaliknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Badudu, J. (2007). *Kamus kata-kata serapan asing dalam bahasa indonesia*. Jakarta: Kompas Media Nusantara.
- Chaplin, J. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Daldiyono. (2009). *How to be a real and succesful student*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ghufon, M., & Risnawita, R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Griffith, M., Davies, M., & Chapell, D. (2004). Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. *Journal Of Adolescence*, 27(1), 84-96. DOI: 10.1016/j.adolescence.2003.10.007.
- Piyeke, P. (2014). Hubungan tingkat stres dengan durasi waktu bermain *game online* pada remaja di Manado. *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Solihin, O. (2007). *Gaul tekno tanpa error*. Jakarta: Gema Insani Press.

- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & B*. Bandung: CV.Alfabeta.
- Wulandari, R. (2015). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja di warnet lorong cempak dalam Kelurahan 26 Ilir Palembang. *Jurnal Fakultas Psikologi: Universitas Bina Darma Palembang 2015*, 1-15.
- Young, K. (2000). Cyber-disorders: the mental health concern for the new millennium. *Cyber Psychology & Behavior*, 3(5), 475-479.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addictions and treatment issues for adolescents. *The American Journal of family therapy*, 37, 355-372.