

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yang Terhormat,
Dekan Fakultas Dakwah
Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
Di-
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti dan memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Septiya Mulya Rahmi
NIRM : 1216.20.2472
Judul skripsi : Pengaruh *Loneliness* dan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMPN 1 Pk. Kerinci

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi saudara tersebut diatas dapat segera dimunaqasyakan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr, Wb.

Pekanbaru, 25 Agustus 2024

Mengetahui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Lailatul Izzah. M.Psi,Psikolog
NIDN. 211405900

Willytiyo Kurniawan, M.Psi
NIDN. 2102069204

Ketua Prodi Psikologi Islam

Willytiyo Kurniawan. M.Psi
NIDN. 2102069204

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Septiya Mulya Rahmi

NIRM : 1216.20.2472

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul: **Pengaruh *Loneliness* dan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan *Game Online* pada Remaja SMPN 1 Pkl. Kerinci** adalah hasil karya pribadi dan tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penyusun.

Pekanbaru, 25 Agustus 2024
Yang Menyatakan,

Materai Rp 10.000

SEPTIYA MUYA RAHMI
NIRM. 1216.20.2472



INSTITUT AGAMA ISLAM DINIYAH PEKANBARU
FAKULTAS DAKWAH
كلية الدعوة
FACULTY OF DAKWAH

Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 100 / Jl. Kuau No. 1 HP. 0811-7069-222 |
Website : www.diniyyah.ac.id | email : admin@diniyyah.ac.id

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor: /B-01/PTA/FD-IAIDP/ /2024

Tugas Akhir dengan judul : Pengaruh *Loneliness* Dan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan *Game Online* Pada Remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Septiya Mulya Rahmi
Nomor Induk Registrasi Mahasiswa : 1216.20.2472
Telah diujikan pada : Jumat, 30 Oktober 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : B

Dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru

TIM UJIAN TUGAS AKHIR
Ketua Sidang

Dr. Mursal, M. Pd. I
NIDN. 2127118501

Penguji I

Penguji II

Wilytiyo Kurniawan, M.Psi
NIDN. 2102069204

Renny Rahmalia. M.Psi,Psikolog
NIDN. 2101038403

Pekanbaru, 30 Oktober 2024
Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
Dekan Fakultas Dakwah

Dr. Hervrizal, MA
NIDN. 2117067502

MOTTO

"Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya." (QS. Al-Baqarah:286)

"Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain". (QS. Al-Insyirah:6-7)

"Orang lain tidak akan paham struggle dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian succes storiesnya. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada yang tepuk tangan, kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini"

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Dengan rasa syukur yang mendalam, penulis ingin mengungkapkan terima kasih atas kesehatan, kekuatan, dan kemudahan yang telah diberikan-Nya, sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan. Penulis dengan rendah hati ingin menghadirkan karya sederhana ini sebagai penghormatan kepada orang-orang yang amat dicintai dan dihargai penulis. Dengan ikhlas, karya ini penulis persembahkan untuk:

1. Rektor Institut Agama Islam (IAI) Diniyah Pekanbaru, Ibu Dr. Novi Yanti, MM. Waket I Bapak Dr. Mursal, M.Pd.I. Waket II Ibu Refika M.Pd.I. Waket III Bapak Irwan Tutrisno M.E.
2. Dekan Fakultas Dakwah, Bapak Dr. Hervrizal, M.A
3. Bapak Willytiyo Kurniawan, M. Psi, Ketua Jurusan Psikologi Islam sekaligus selaku Dosen Pembimbing I
4. Ibu Lailatul Izzah, M. Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing II
5. Seluruh dosen IAI Diniyah Pekanbaru atas ilmu yang diberikan selama masa perkuliahan.
6. Kedua Orang Tua yang sangat dicintai, yang selalu memberikan doa lahir batin serta membiayai kuliah dari awal hingga akhir. Terimakasih telah mendoakan Septiya untuk tetap semangat kuliah sehingga bisa menyelesaikan perkuliahan hingga selesai.
7. Kepada teman online, teman offline, tetangga, dan saudara yang telah banyak memberikan support bantuan bagi penulis.
8. Teruntuk teman-teman mahasiswa jurusan Psikologi Islam 2020 yang sama-sama berjuang dan saling membantu satu sama lain dan melewati suka dan duka selama kuliah.
9. Teruntuk semua pihak yang turut serta dalam memberikan wawasan, masukan, serta kontribusi dalam proses penelitian ini.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “*Pengaruh Loneliness dan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci*”

Laporan Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat yang harus dipenuhi bagi mahasiswa yang telah menyelesaikan studinya di Institut Agama Islam (IAI) Diniyah Pekanbaru untuk program Strata 1 Psikologi Islam.

Penyelesaian skripsi ini tidak luput dari peran berbagai pihak yang telah memberikan dukungan baik itu berbentuk moral dan materi.

Akhir kata, semoga skripsi ini memberikan manfaat khususnya bagi penulis dan pembaca dan semoga dengan adanya dukungan dorongan, bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama ini, mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakatuh.

Pekanbaru, 25 Agustus 2024

SEPTIYA MULYA RAHMI

NIRM 1216.20.472

**PENGARUH *LONELINESS* DAN KONTROL DIRI TERHADAP
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA DI SMPN1
PKL. KERINCI**

Septiya Mulya Rahmi
NIM. 1216.20.2472
Email: smlyr0309@gmail.com
Prodi S1 Psikologi Islam
Institut Agama Islam (IAI) Diniyah Pekanbaru

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *loneliness* dan kontrol diri terhadap kecanduan game online pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 90 siswa/siswi SMPN 1 Pkl. Kerinci. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah tiga skala yaitu skala kecanduan game online, skala *loneliness* dan skala kontrol diri. Metode analisis data menggunakan uji regresi linear berganda. Hasil uji regresi berganda dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh *loneliness* dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci dengan nilai signifikansi 0,000 dan sumbangan efektif sebesar 59,8 %. Artinya terdapat pengaruh secara simultan antara *loneliness* dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online*. Semakin tinggi *loneliness* maka semakin tinggi kecanduan *game online*, dan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecanduan game online.

Kata kunci: Kecanduan Game Online, *Loneliness* dan Kontrol Diri

**PENGARUH LONELINESS DAN KONTROL DIRI
TERHADAP KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA
DI SMPN1 PKL. KERINCI**

Septiya Mulya Rahmi
NIM. 1216.20.2472
Email: smlyr0309@gmail.com
Prodi S1 Psikologi Islam
Institut Agama Islam (IAI) Diniyah Pekanbaru

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of loneliness and self-control on online game addiction in adolescents at SMPN 1 Pkl. Kerinci. The sample in this study amounted to 90 students of SMPN 1 Pkl. Kerinci. The method used in this research is quantitative. The measuring instruments used in this study are three scales, namely the online game addiction scale, loneliness scale and self-control scale. The data analysis method uses multiple linear regression tests. The results of multiple regression tests in this study indicate the influence of loneliness and self-control on the tendency of online game addiction in adolescents at SMPN 1 Pkl. Kerinci with a significance value of 0.000 and an effective contribution of 59.8%. This means that there is a simultaneous influence between loneliness and self-control on the tendency of online game addiction. The higher the loneliness, the higher the online game addiction, and the higher the self-control, the lower the online game addiction.

Keywords: Online Game Addiction, Loneliness and Self-Control

DAFTAR ISI

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Batasan Masalah.....	9
1.3. Rumusan Masalah	10
1.4. Tujuan Penelitian.....	10
1.5. Manfaat Penelitian.....	10
1.6. Penelitian Terdahulu.....	11
BAB II	14
TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1. Kecanduan <i>Game Online</i>	14
2.1.1. Definisi Kecanduan <i>Game Online</i>	14
2.1.2. Aspek Kecanduan <i>Game Online</i>	16
2.1.3. Faktor Kecanduan <i>Game Online</i>	18
2.1.4. Dampak Kecanduan <i>Game Online</i>	20
2.2. <i>Loneliness</i>	21
2.2.1 Definisi <i>Loneliness</i>	21
2.2.2. Aspek <i>Loneiness</i>	24
2.2.3. Faktor <i>Loneliness</i>	25
2.2.4. Dampak <i>Loneliness</i>	26

2.3.	Kontrol Diri	27
2.3.1.	Definisi Kontrol Diri	27
2.3.2.	Klasifikasi Remaja	29
2.3.3.	Aspek Kontrol Diri.....	29
2.4.	Kerangka Berpikir	33
2.5.	Hipotesis.....	37
BAB III		38
METODE PENELITIAN		38
3.1.	Jenis Penelitian dan Variabel Penelitian	38
3.2.	Tempat dan Waktu Penelitian	38
3.3.	Definisi Operasional.....	39
3.4.	Populasi, Sampel dan Metode Sampling	40
3.4.1.	Populasi	40
3.4.2.	Sampel.....	40
3.4.2.	Metode Sampling	41
3.5.	Metode Pengumpulan Data	42
3.6.	Validitas & Reliabilitas	47
3.6.1.	Validitas	47
3.6.2.	Reliabilitas.....	48
3.7.	Teknik Analisis Data.....	48
3.8.	Uji Hipotesis.....	49
BAB IV		50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		50
4.1.	Gambaran Lokasi Penelitian	50
4.2.	Hasil Penelitian	50
4.2.1.	Deskripsi Subjek	50
4.2.2.	Kategorisasi Variabel Penelitian	52
4.3.	Hasil Analisis Data	55
4.3.1.	Uji Normalitas	55
4.3.2.	Uji Linearitas	56
4.3.3.	Uji Multikolinearitas	57
4.3.4.	Uji Hipotesis.....	57
4.4.	Pembahasan.....	60
BAB V		65
KESIMPULAN DAN SARAN		65

5.1 Kesimpulan	65
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Kecanduan Game Online	44
Tabel 2 Blueprint <i>Loneliness</i>	45
Tabel 3 Blueprint Kontrol Diri	47
Tabel 4 Kategorisasi Skor Variabel Kecanduan Game Online	52
Tabel 5 Distribusi Variabel Kecanduan Game Online	52
Tabel 6 Kategorisasi Skor Variabel Loneliness	53
Tabel 7 Distribusi Variabel <i>Loneliness</i>	53
Tabel 8 Kategorisasi Skor Variabel Kontrol Diri	54
Tabel 9 Distribusi Variabel Kontrol Diri	55
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 11 Hasil Uji Linearitas Loneliness terhadap Kecanduan Game Online	56
Tabel 12 Hasil Uji Linearitas Loneliness terhadap Kontrol Diri	57
Tabel 13 Hasil Uji Multikolinearitas	57
Tabel 14 Hasil Koefisien Determinasi	58
Tabel 15 Anova	58
Tabel 16 Tabel Coefficients	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Dinamika Bagan Kerangka	36
Gambar 2 Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	51
Gambar 3 Presentase Subjek Berdasarkan Usia	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kecanduan Game Online	72
Lampiran 2 Skala <i>Loneliness</i>	72
Lampiran 3 Skala Kontrol Diri	73
Lampiran 4 Kategorisasi Skala Kecanduan Game Online	75
Lampiran 5 Kategorisasi Skala Loneliness	75
Lampiran 6 Kategorisasi Skala Kontrol Diri	75
Lampiran 7 Data Responden	76
Lampiran 8 Uji Normalitas	78
Lampiran 9 Uji Linieritas	79
Lampiran 10 Uji Multikolinieritas	80
Lampiran 11 Uji Hipotesis	80
Lampiran 12 SK Penunjukan Dosen Pembimbing Skripsi.....	83
Lampiran 13 Kartu Kontrol Bimbingan Skripsi	84
Lampiran 14 Surat Izin Riset	85

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa yang akan dialami manusia pada hidup nya. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), masa remaja berjalan dari usia 12 tahun hingga 17 tahun dan mengalami proses pertumbuhan setelah melewati masa anak-anak menuju masa dewasa yang belum mencapai kematangan secara psikis dan fisik. Masa remaja adalah tahap perkembangan yang terjadi di mana terjadi pergeseran biologis, kognitif, dan sosial-emosional dari masa anak-anak menuju kedewasaan. Anak-anak akan mengalami pubertas selama masa remaja, di mana seluruh tubuh mereka akan berubah baik dari segi struktur dan fungsi maupun perubahan eksternal dan internal.

Ketika mencapai masa pubertas, remaja harus dapat mengatur perilaku mereka dalam konteks keluarga, sekolah, teman, dan masyarakat agar dapat dianggap sebagai remaja yang unggul dan ideal. Menurut para ahli psikologi, masa remaja adalah masa dimana seseorang mulai beradaptasi bersama lingkungan masyarakat yang lebih dewasa.

Remaja mengalami perubahan fisik dan psikologis selama masa pertumbuhan dan perkembangannya, yang harus dipersiapkan untuk dihadapi. Masa remaja merupakan masa ketidakstabilan, sehingga biasanya lebih mudah untuk terlibat dalam mencoba hal-hal baru, yang dapat berubah menjadi perilaku bermasalah. Remaja sangat rentan terhadap pengaruh dunia luar, terpenting di zaman yang maju seperti saat ini, dimana kemajuan dan kecanggihan

teknologi sudah jelas. Cepatnya perkembangan teknologi di era globalisasi sekarang ini telah juga berdampak positif dan negative bagi kehidupan remaja

Salah satu teknologi yang sudah menjadi kehidupan sehari-hari dan digemari oleh masyarakat termasuk remaja ialah internet. Internet tidak hanya membuat hidup lebih mudah bagi individu tetapi juga menjadi sarana hiburan. Internet juga dapat mencari informasi, berkomunikasi melalui pesan teks atau panggilan video, melakukan transaksi bisnis, dan bahkan mengakses layanan hiburan. Internet yang mudah dijangkau kapan saja dan dimana saja memberikan kebebasan bagi pengguna untuk melakukan berbagai aktivitas hiburan termasuk *game online*. *Game online* merupakan salah satu situs web yang cukup menarik bagi remaja.

Game dapat digolongkan menjadi dua bagian yaitu *game offline* dan *game online*. *Game offline* ialah *game* yang bisa dimainkan di komputer atau perangkat seluler tanpa koneksi internet dan *game online* adalah *game* yang dapat dimainkan di perangkat komputer atau perangkat telepon seluler yang harus terhubung ke jaringan internet. *Game online* adalah aplikasi yang berbentuk permainan peran, simulasi, strategi, dan *game* petualangan serta memiliki aturan dan tahapan yang telah ditetapkan dan ambang batas tertentu. Komputer, perangkat seluler, dan berbagai video *game* dapat digunakan untuk bermain *game online*. Pemain mengalami kepuasan psikologis ketika mereka bermain *game online*, yang membuat mereka bahagia. Ketertarikan pemain terhadap *game* akan meningkat sebagai hasil dari kesenangan mereka terhadap *game* tersebut sehingga membuat pemainnya menjadi kecanduan akan *game online*.

Menurut K. Young (2009), kecanduan *game online* atau *internet gaming addiction* adalah jenis kecanduan internet yang banyak diderita oleh remaja dan orang dewasa saat ini. Remaja dianggap sebagai subjek yang lebih rawan terkena kecanduan *game online* daripada orang dewasa. Akibatnya, remaja yang kecanduan *game online* cenderung tidak melakukan aktivitas lain dan menjadi gelisah ketika mereka tidak bisa bermain *game online* (Jannah, 2015). Kustiawan & Utomo, (2019) dalam bukunya menyatakan *game online* dapat menyebabkan adiksi atau kecanduan yang kuat, mendorong hal-hal negatif, berbicara kasar dan kotor (biasanya pemain *game online* mengucapkan kata-kata kotor dan kasar saat bermain), mengabaikan aktivitas di dunia nyata (misalnya mengabaikan waktu ibadah, sekolah, tugas kuliah, atau bekerja karena bermain *game* atau memikirkannya), makan tidak teratur dan waktu istirahat berkurang, buang-buang uang untuk membayar sewa komputer di warnet dan membeli poin atau karakter yang terkadang nilainya bisa mencapai jutaan rupiah. Jadi, berdasarkan dampak-dampak negatif yang terjadi ketika seseorang telah kecanduan *game online* seperti yang diuraikan tersebut maka sangat penting untuk mengatasi kecanduan *game online*.

Berdasarkan wawancara awal pada tanggal 27 Juni 2024 di SMPN 1 Pkl. Kerinci peneliti menemukan ada 5 remaja yang memainkan *game online* salah satunya *game mobile legend*. Di Pkl. Kerinci, hampir semua kelompok pemuda bermain *game* ini. Remaja di Pkl. Kerinci umumnya bersekolah, di mana mereka sesekali meluangkan waktu untuk bermain bersama atau disebut dengan “mabar”. Peneliti mewawancarai 5 orang remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci yang berinisial AM, AG, DN, RD, dan hasilnya menunjukkan bahwa mereka memainkan *game* ini setiap

hari. Mereka tidak ingin diganggu saat bermain *game online*. Akibatnya, mereka mengabaikan aktivitas lain, mengabaikan hubungan sosial demi bermain *game*, dan menggunakan *game* sebagai pelarian, siswa tersebut mengalami indikasi kecanduan *game online* dimana mereka ingin bermain terus-menerus tanpa adanya batas waktu, mengalami gejala penarikan diri ketika tidak bermain *game online* seperti menjadi murung.

Menurut Siste (2018) individu yang bermain game lebih dari 3 jam setiap hari rentan mengalami kecanduan game online. Bila individu mengalami kecanduan game online akan menunjukkan gejala putus perilaku, yakni apabila dihentikan kesenangannya (bermain game online) maka akan mulai timbul perilaku kesal, marah-marah, mengancam orang lain, bahkan menyakiti diri sendiri. Individu dapat dikatakan kecanduan game online jika individu tersebut terus bermain game online lebih dari 4-6 jam sehari (Ayu & Saragih, 2016). Hasil survey yang dilakukan oleh Yee (2015) menunjukkan bahwa sebanyak 60,9% subjek menghabiskan waktunya selama 10 jam berturut-turut untuk bermain game online ketika sudah login ke dalam sistem game online. Dalam satu minggu, rata-rata subjek dapat menghabiskan waktu sebanyak 40 jam hanya untuk bermain game online. Fakta diatas menunjukkan bahwa remaja sangat rentan mengalami kecanduan game online.

Kecanduan *game online* adalah kegiatan berlebihan yang dimainkan di internet secara teratur sehingga menjadi kecanduan pada suatu *game*, salah satu *game online* sehingga menjadi kebiasaan atau kecanduan. Weinstein (2010) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai penggunaan *game online* yang tidak wajar hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Seorang pecandu *game online* akan bermain secara obsesif, menarik diri dari interaksi sosial, dan

memprioritaskan pencapaian *game* mereka di atas hal-hal lain. Remaja lebih senang ketika mereka bermain *game online* karena hal itu memberi mereka rasa puas, yang meningkatkan keinginan mereka untuk memainkan *game* ini sepanjang waktu. Kecanduan *game online* bahkan dapat mengalami kecemasan dan kesedihan sebagai akibat dari gejala kecanduan tersebut. Mengingat efek negatif dari kecanduan *game online* seperti yang telah disebutkan sebelumnya, sangat penting untuk menghentikan kecanduan ini.

Faktor utama yang menyebabkan kecanduan adalah rasa senang yang di otak dan mempunyai keinginan untuk mengulangi nya tanpa batas. Akan ada gangguan ketika seseorang berlama-lama ketika bermain *game online*, terutama dalam kehidupan sosial, pekerjaan, dan pendidikan mereka

Menurut penelitian Maulidiyah (2012), Remaja yang kecanduan *game online* sering kali menunjukkan kepribadian yang dominan, ditandai dengan adanya keinginan untuk berpartisipasi dalam *game online* secara teratur dan kecenderungan untuk mundur dari interaksi sosial, ketidakpastian dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan masalah di dunia nyata, dan menurunnya kemampuan untuk membentuk hubungan yang nyata. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan kecanduan *game* sebagai pola perilaku yang mencakup aktivitas berkait dengan *game* baik secara offline maupun *online* dan menunjukkan gejala-gejala sebagai berikut: Bermain *game* menjadi lebih penting bagi seseorang daripada melakukan aktivitas lain; 2) Dorongan untuk bermain sangat kuat dan tidak terkendali; dan 3) Seseorang yang selalu bermain *game* meskipun terdapat efek buruk yang nyata.

Chio dan wan (2016) remaja yang kecanduan *game* disebabkan karena faktor kebutuhan psikologis, hiburan, motivasi, rekasi, dan adanya penggantian perhatian dari isolasi, kebosanan dan kesepian. Hal itu juga didukung oleh Young (2009) faktor lain yang penyebab kecanduan *game* adalah ketika hubungan sosial terputus, orang tersebut merasa kesepian dan beralih ke *game online* sebagai cara untuk mengatasi kesepian tersebut, fakta bahwa para remaja sering kali kesulitan untuk menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar mereka dan merasa sendirian, seakan-akan mereka tidak pernah menjadi bagian dari lingkungan yang sebenarnya.

Menurut Baron dan Byrne (2005) *loneliness* merupakan keadaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia akibat adanya hasrat akan berhubungan akrab yang tidak tercapai, ketika seseorang merasa kekurangan dan tidak puas atas hubungan yang dimilikinya maka individu tersebut merasa kesepian. Senada dengan hal tersebut, Krause & Parello (2008) menyatakan bahwa kesepian merupakan keinginan akan bentuk atau level dari sebuah interaksi yang berbeda dari yang sudah pernah dialami. Kesepian disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan akan suatu hubungan, bukan disebabkan oleh kesendirian. Hal ini pun yang memicu pemain *game online* lebih memilih untuk bermain *game online* dikarenakan dapat bertemu dengan individu lain yang memiliki persamaan kebutuhan akan suatu hubungan yang tidak dapat terpenuhi.

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh peneliti dimana peneliti mewawancarai beberapa siswa SMPN 1 Pkl.Kerinci melalui media whatsapp pada bulan Juli 2024. Berdasarkan hasil wawancara tersebut didapatkan hasil bahwa 5 dari 15 siswa bermain *game online* karena berbagai alasan, termasuk fakta bahwa

mereka kesepian dalam arti memiliki lebih sedikit teman daripada orang biasanya karena kurang berani nya berintraksi dengan orang di lingkungan. Kemudian ketika mereka merasa tidak mempunyai teman atau hubungan sosialnya kurang baik yang mengakibatkannya mengalami rasa kesepian, itu juga dapat memicu mereka untuk bermain game terus menerus hingga lupa waktu.

Survey kesepian yang dilakukan oleh Mental Health Foundation di Inggris pada tahun 2010 mengemukakan bahwa dari 2256 orang ditemukan sebanyak 24% merasakan kesepian. Subjek yang berusia 18-34 tahun lebih merasakan kesepian daripada subjek yang berusia diatas 55 tahun (Mental Health Foundation, 2010). Menurut Luke (2015) seseorang yang merasakan kesepian adalah seseorang yang membutuhkan orang lain untuk dapat diajak berkomunikasi dan membangun hubungan yang khusus seperti pertemanan atau persahabatan yang akrab hingga kasih sayang yang mendalam.

Ada juga cara lain dalam mengatasi kecanduan *game online* ini adalah dengan cara mengontrol diri sendiri. Marsela dan Supriatna (2019) menyatakan bahwa kontrol diri ialah sifat psikologis yang melingkup kapasitas untuk seseorang menyesuaikan perbuatannya dan kesanggupan seseorang untuk mengendalikan perbuatan yang tidak diinginkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mulyana dan Puspita (2018) mengenai hubungan kontrol diri dan kecanduan game online pada remaja akhir, yaitu 21,8% kecanduan game online dapat dibentuk oleh kontrol diri. Kemudian penelitian mengenai pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan *game online* telah dilakukan oleh Masyita (2016). Dan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada pemain Dota 2 Malang sebesar 19,4 %. Hal tersebut dapat diartikan apabila

kontrol diri tinggi, maka kecanduan *game online* rendah. Kontrol diri memiliki peran dalam kehidupan. Kontrol diri dapat diartikan sebagai kesanggupan seseorang untuk mengendalikan diri agar tidak berbuat sesuatu yang buruk untuk diri sendiri (negatif).

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh peneliti dimana peneliti mewawancarai salah satu siswa SMPN 1 Pkl.Kerinci secara langsung pada bulan Juli 2024 diketahui informasi sebagaimana kutipan di bawah ini.

Subjek I. “Saya sering main game sama kawan-kawan, biasa dari sehabis pulang sekolah, tanpa mengganti baju atau makan dulu, itu kalo malam minggu atau gak besoknya libur kadang main nya sampai begadang. Main sekali ya kurang puas apalagi kalo pas main kalah terus harus sampai menang berkali kali gitu”(Wawancara Personal, H, 27 Juni 2024)

Berdasarkan keterangan subjek di atas dapat diketahui bahwa mahasiswa memiliki kebiasaan bermain game online bersama teman secara berlebihan. diakibatkan oleh perasaan ingin memainkan terus-menerus game online tersebut apalagi ketika berhasil memenangkannya, dan sebaliknya ketika terus menerus kalah pun mereka tetap ingin memainkannya hingga menang, artinya kontrol diri mereka disini cukup rendah.

Ghufon dan Risnawati (2012) juga berpendapat kontrol diri adalah kesanggupan seseorang dalam menilai secara perseptif keadaan dirinya sendiri dan juga keadaan sekitarnya untuk mengatur dan mengendalikan perilakunya agar sesuai dengan keadaan dimasyarakat.

Kontrol diri adalah komponen penting yang dapat mempengaruhi hidup dan tingkah laku seseorang sehingga mereka dapat menghindari perbuatan negatif yang dapat merugikan mereka sendiri maupun orang lain. Pemain *game online* dengan disiplin diri yang kuat dapat membatasi durasi dan intensitas sesi bermain *game* mereka, serta efek negatif yang ditimbulkan dari bermain *game* tidak terlalu berbahaya, sedangkan mereka yang tidak memiliki kontrol diri dengan bijak, seorang dengan kontrol diri yang buruk akan merasa sulit untuk membatasi jumlah durasi atau upaya yang mereka lakukan, sehingga sulit untuk menimbang dampak dari bermain *game* terlalu banyak.

Namun dalam hal penggunaannya, didapati bahwa terdapat remaja sekarang ini yang mengalami efek negatif dari bermain *game online*, contohnya melewatkan kegiatan ekstrakurikuler atau pekerjaan sekolah, gelisah saat tidak memainkan *game*, kurangnya niat pada hobi lain, atau berbohong pada orang tua karena tidak dapat mengendalikan kecanduan *game*. Selain itu, remaja yang kecanduan *game online* dapat terpengaruh oleh rasa kesepian atau hubungan sosial yang tidak memuaskan. Remaja juga harus menyadari pentingnya kontrol diri saat bermain *game*.

Berdasarkan paparan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dan terdorong untuk membuat penelitian yang berjudul “Pengaruh *Loneliness* dan Kontrol Diri terhadap Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci”

B. Batasan Masalah

Berdasarkan analisa diatas, penulis menetapkan masalah penelitian ini yaitu ” Pengaruh *Loneliness* dan Kontrol Diri terhadap Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMPN1 Pkl.Kerinci”

C. Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh *loneliness* terhadap kecanduan *game online* pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci
2. Apakah ada pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh *loneliness* terhadap kecanduan *game online* pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci
2. Untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a) Hasil penelitian yang di harapkan mampu menambah dan berguna dalam ilmu pengetahuan tentang psikologi
 - b) Hasil dari penelitian ini harus mengarah pada pengamatan lebih lanjut mengenai *loneliness*, kontrol diri, dan kecanduan *game online*.
 - c) Penelitian ini mampu berkontribusi pada pengetahuan lainnya mengenai masalah pengendalian diri yang muncul dari kecanduan *game online*. Dengan demikian, penelitian ini dapat menambah dan memperluas pengetahuan yang bermanfaat.

2. Manfaat Praktis

- a) Hasil penelitian ini bisa membantu peneliti mengetahui nilai ikatan sosial dalam mengurangi kesepian serta perlunya melatih kontrol diri saat bermain *game online*
- b) Hasil penelitian yang membantu remaja dalam melakukan kontrol diri ketika mereka bermain *game*, sehingga mereka dapat melakukannya dengan lebih bijaksana dan mencegah kecanduan. Namun, para remaja juga menyadari pentingnya interaksi sosial dalam mencegah perasaan kesepian, yang dapat mengakibatkan kecanduan *game online*.

F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Alfin Riza Masyita (2016) dengan judul “Pengaruh Kontrol Diri terhadap Kecanduan *Game Online* pada Pemain Dota 2 Malang” penelitian dengan jenis kuantitatif Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan *game online* sebesar 19,4 % pada pemain Dota 2 Malang. Hal ini dapat diartikan jika kontrol diri tinggi, maka kecanduan *game online* rendah. Persamaan dari penelitian ini dan penelitian tersebut adalah keduanya sama-sama meneliti mengenai pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan *game online*. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada subjek yang diteliti, yaitu dalam penelitian tersebut subjeknya adalah para pemain Dota 2 Malang, sedangkan dalam penelitian ini lebih membahas secara keseluruhan *game online* atau semua jenis *game online*, selain itu peneliti juga menambahkan satu variabel lagi yaitu kesepian sedangkan dalam penelitian yang disebutkan diatas tidak membahas mengenai kesepian.

2. Berdasarkan hasil pencarian data ditemui sebagian penelitian yang bersangkutan dengan penelitian ini yaitu, “Hubungan Kecanduan *Game online* dan Keterampilan pada Pemain *Game* Dewasa Di Jakarta Barat” oleh Stevani Virlia & Setiaji, ditahun 2016. Penelitian ini memakai metode kuantitatif yang termasuk dalam kategori penelitian korelasional. Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara keterampilan sosial awal pada *gamer* dewasa awal dan kecanduan *game online* dengan $r = -0.367$ ($p < 0,05$) Para pemain *game* dewasa mempunyai kecanduan *game online* karena menggunakan *game* untuk tempat pelarian (Virlia & Setiaji, 2016)
3. Penelitian yang berkaitan dengan peneliti ini dengan judul, “Hubungan antara *Loneliness* dan Kecanduan *Game Online* pada Mahasiswa IAIT Kediri” yang dilakukan oleh Uswatun Hasanah & Galuh Perwira Sari (2020). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Nilai korelasi yang di dapat sejumlah 0.556 Sig : 0.00 yang berarti adanya terikatan antara variabel *Loneliness* dan Kecanduan *Game Online*. Mengenai perbedaan peneliti terletak pada subjek yang diambil yaitu peneliti tersebut mengambil subjek mahasiswa dan peneliti ini mengambil subjek remaja.
4. Penelitian yang berkaitan dengan peneliti ini berjudul, “Pengaruh Kesepian Terhadap Kecanduan *Game Online* Pada Mahasiswa” yang dilakukan oleh Angga Maulana Saputra dan Lukman (2023) penelitian yang dilakukan dengan metode kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan dua cara, dengan mempertimbangkan bahwa ada dua jenis kesepian: kesepian sosial dan kesepian emosional. H_0 ditolak dalam penelitian ini karena nilai signifikan (p) untuk kesepian emosional dan sosial adalah 0.000 & 0.000 ($p < 0,05$). Koefisien

keseharian emosional dan sosial (r) masing-masing adalah 0,560 dan 0,582. Temuan penelitian menunjukkan bahwa di antara mahasiswa UNM, keseharian dan kecanduan *game online* berkorelasi positif secara signifikan.

5. Penelitian yang dibuat oleh Abdul Mursyad, Diah Karmiyati, dan Diana Savitri (2019) yang berjudul “Pengaruh Keseharian terhadap Kecenderungan Internet Gaming Disorder pada Pemain Battle Royale *Game*”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan bentuk regresi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif keseharian terhadap kecenderungan internet gaming disorder pada pemain battle royale *game*. Adapun perbedaannya penelitian ini terletak pada subjeknya, subjek dalam penelitian tersebut yaitu pemain Battle Royale *Game* dimana Battle Royale *Game* merupakan salah satu model *game*, dan penelitian ini mengambil subjek remaja dimana tidak terfokus pada salah satu model *game* saja tapi seluruhnya.

BAB II

TINJAUAN PUSAKA

A. Kecanduan *Game Online*

1. Defenisi kecanduan *game online*

Menurut Kardefelt (2017), kecanduan biasanya dikaitkan secara eksklusif dengan zat-zat yang membuat ketagihan misalnya tembakau, alkohol, dan obat-obatan terlarang, ini merupakan zat yang bisa mengubah susunan kimiawi otak dengan memasuki aliran darah dan masuk ke otak. Namun di zaman modern ini, pengertian kecanduan telah berubah. (Alexander, 2010) Definisi kecanduan berubah seiring dengan perubahan kehidupan masyarakat, dan sekarang digunakan untuk menggambarkan berbagai perilaku dan aktivitas menyebabkan seorang menjadi kecanduan, selain obat-obatan terlarang itu sendiri termasuk kecanduan *game online*.

Weinstein (2010) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai penggunaan *game online* yang melampaui batas wajar atau obsesif hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Winsen, Fitri dan Ali (2012) Kecanduan *game online* ialah ketika remaja tidak wajar dalam bermain *game online* atau berbasis web, menghabiskan terlalu banyak waktu untuk bermain, yang dapat berdampak negatif pada kehidupan mereka.

Lemmens (2009) mendefinisikan kecanduan *game* sebagai pemakaian komputer atau ponsel pintar yang sangat sering dan berulang-ulang hingga menimbulkan masalah sosial dan emosional, dan pemain tidak mampu mengelola

perilaku bermain *game* yang berlebihan. Yohanes (2017) menerangkan bahwa saat seseorang menjadi kecanduan *game*, mereka mungkin mengalami kesulitan atau tidak bisa mengontrol kemauan mereka untuk terus memainkan *game*.

Pande & Marheni (2015) menyatakan bahwa bermain *game online* cenderung mendorong pemainnya untuk menghabiskan lebih banyak waktu di depan komputer. Penggunaan *game online* yang terlalu lama dan berlebihan juga dapat menyebabkan seseorang kehilangan fokus dalam belajar, makan, tidur, dan hubungan di dunia nyata. Dengan kata lain, seseorang yang menghabiskan banyak waktu untuk bermain *game online* cenderung lebih jarang berinteraksi dan terhubung dengan orang lain karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya daripada di kehidupan nyata.

Waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* yang berlebihan mengganggu kehidupan sehari-hari. Prioritas remaja diubah oleh gangguan ini, dan akibatnya, mereka hanya memiliki sedikit ketertarikan pada hal-hal yang tidak berhubungan dengan *game online* (King & Delfabbro, 2018).

Choun & Chin (2006) menyatakan kecemasan meningkat, hubungan sosial memburuk, kinerja akademis menurun, dan tindakan negatif lainnya yang disebabkan oleh jenis kecanduan yang berasal dari penggunaan *game* atau bermain *game* secara berlebihan. Seorang pecandu *game online* akan bermain secara obsesif, menarik diri dari interaksi sosial, dan memprioritaskan pencapaian *game* mereka di atas hal-hal lain. Definisi lain dari Kecanduan *game* diartikan sebagai penggunaan secara berlebih, obsesif, kompulsif dan mengalami masalah umum dari aktivitas bermain *game* tersebut (Charlton & Danforth, 2007).

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan kecanduan *game online* ialah tindakan tak terkendali yang ditunjukkan oleh mereka yang terlibat dalam permainan *game*, orang-orang ini cenderung bermain *game* dalam jangka waktu yang lama, mementingkan aktivitas bermain *game* mereka, dan kesulitan mengendalikan perilaku walapun memberi dampak negatif bagi penggunanya.

2. Aspek Kecanduan *Game Online*

Ditemukan empat aspek kecanduan *game online* yang diutarakan oleh Lemmens (2009) yaitu :

- a. *Compulsion* (kompulsif), merupakan tekanan dari dalam diri yang kuat atau ingin melakukan sesuatu secara konsisten, dalam hal ini keinginan untuk terus bermain *game online*.
- b. *Tolerance* (toleransi) yaitu proses di mana seseorang secara bertahap menghabiskan lebih banyak waktu buat bermain *game*
- c. *Withdrawal* (penarikan diri), ialah saat seseorang membatasi atau berhenti bermain *game* mereka dapat mendapati perasaan tidak enak serta mengalami efek samping fisik.
- d. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan) adalah masalah dengan bagaimana seseorang berinteraksi dengan orang lain serta masalah kesehatan. Karena perhatian mereka hanya tertuju pada *game online*, para pecandu platform ini sering kali tidak terlalu memperhatikan kehidupan sosial mereka. Serupa dengan betapa tidak

sehatnya mereka, para pecandu *game online* tidak terlalu memikirkan pola tidur, kebersihan diri, atau pola makan mereka.

Aspek kecanduan *game online* menurut King & Delfabbro (2018) memiliki 5 aspek :

1. Aspek Kesehatan

Remaja yang kecanduan *game online* biasanya mempunyai sistem kekebalan tubuh yang buruk sebab kurangnya berolahraga, kurang istirahat dan sering tidak makan.

2. Aspek Psikologis

Alam bawah sadar remaja telah dipengaruhi secara halus oleh berbagai adengan dalam *game online* yang menggambarkan perilaku kekerasan dan kriminal seperti perkelahian, pengrusakan dan pembunuhan sehingga mereka percaya bahwa kehidupan nyata sama dengan dunia maya. Remaja yang menderita penyakit mental akibat terpengaruh oleh *game online* menunjukkan emosi, mencaci maki dan kemarahan.

3. Aspek Akademik

Kecanduan *game online* bisa menyebabkan penurunan kemampuan akademik mereka. Remaja biasanya mengalami kesulitan untuk fokus, sehingga sulit bagi mereka untuk sepenuhnya memhami pelajaran yang ingin di sampaikan oleh guru.

4. Aspek Sosial

Ketika bermain video *game* secara *online*, beberapa pemain merasa menemukan jati diri mereka melalui ikatan emosional yang tercipta dalam dunia alam bawah sadar mereka sendiri. Hal ini menyebabkan hilangnya hubungan dengan dunia nyata, yang pada akhirnya terjadi kurangnya interaksi. Remaja yang biasanya hidup dengan dunia maya ternyata menghadapi kesulitan saat berinteraksi dengan orang di dunia nyata. Remaja yang kecanduan *game* menunjukkan sikap anti sosial dan ketidakinginan untuk berbaur dengan teman-teman, keluarga dan masyarakat sekitar.

5. Aspek Keuangan

Adakalanya bermain *game* memerlukan biaya buat membeli voucher. Remaja yang masih sekolah dan tidak memiliki uang dapat berbohong kepada orangtuanya dan melakukan berbagai hal seperti mencuri untuk bermain *game online*.

Dari penjelasan terdapat kesimpulan bahwa ada beberapa aspek kecanduan *game online* yaitu : *tolerance, withdrawal, compulsion, Interpersonal and health-related problems*

3. Faktor – faktor Penyebab Kecanduan *Game Online*

Beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* menurut Rohayati (2020) ada 2 faktor yaitu faktor Internal dan faktor Eksternal. Beberapa faktor internal ialah :

- a. Mempunyai kemauan untuk meningkatkan poin permainan yang lebih bagus
- b. Jarang melakukan kegiatan membosankan lainnya di luar rutinitas rutin mereka dan menggunakan *game* internet sebagai cara untuk melepaskan lelah.
- c. Tidak mempunyai kontrol diri dengan baik, sehingga membuat seseorang ingin bermain terus-menerus

Adapun faktor Eksternal

- a. Lingkungan yang meletakkan seseorang pada efek kecanduan *game online*
- b. Kurangnya kompetensi sosial yang menghalangi seseorang untuk berinteraksi dengan lingkungan nya

Faktor lain nya yang mempengaruhi kecanduan *game* menurut Young (2009), yaitu :

- a. Menghindari diri dari keadaan

Menghindari keadaan yang keras, emosi negatif, dan masalah yang belum terselesaikan di dunia nyata. *Game online* adalah cara sederhana untuk melepaskan ketegangan dan kesedihan.

- b. Kesepian

Membuat *game online* sebagai cara untuk menemukan teman sebab merasa sendiri karena tidak dapat membangun hubungan sosial di dunia nyata

c. Self-esteem yang rendah

Mengalami kecanggungan sosial, kesepian, dan rasa tidak aman dalam kehidupan nyata. Sedangkan melalui karakter dalam *game*, pengguna dapat mengembangkan kepercayaan diri mereka di dunia virtual

d. Kelemahan mengontrol diri

Tidak bisa mengendalikan diri karena terobsesi dengan keinginan untuk menjadi yang terbaik dalam *game*. Keinginan untuk memiliki kemampuan dan mendapat penerimaan dari pemain lain mendorongnya untuk terus bermain meskipun itu berdampak buruk pada kehidupannya.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan terdapat 2 faktor penyebab kecanduan *game online* yakni: faktor internal dan faktor eksternal

4. Dampak Kecanduan *Game Online*

Kecanduan *game online* memiliki dua dampak menurut Suryanto (2015) yaitu

a. Dampak Positif

1. Dapat mengurangi stress, bermain *game* dapat mengurangi kelelahan dan kejenuhan
2. Remaja yang memiliki hobi yang sama seperti bermain *game* dapat dengan mudah bersosialisasi dengan teman yang memiliki hobi yang sama juga.
3. Remaja dapat dengan cepat menyelesaikan permasalahan karena mereka telah terbiasa menyelesaikan berbagai permasalahan di dalam

dunia *game*, sehingga mereka juga dapat belajar menyelesaikan masalah dengan cepat.

b. Dampak Negatif

1. Sering tidak masuk sekolah. Kecanduan *game online* membuat seseorang berkeinginan bermain *game* setiap saat terkadang juga melupakan kewajiban sekolahnya.
2. Menggunakan uang jajan yang di berikan orangtua untuk membeli voucher *game*
3. Jarang berolahraga, karna remaja cenderung suka bermain *game online* daripada berolahraga
4. Boros, sebagian dari uang yang diberikan oleh orangtua kepada remaja biasanya dihabiskan untuk menyewa komputer atau membeli voucher permainan.

Dari peparan diatas bisa disimpulkan bahwa, ada dampak kecanduan *game online* yaitu, dampak positif dan dampak negatif

B. *Loneliness* (Kesepian)

1. Defenisi *loneliness*

Menurur Santrock (2002) *loneliness* adalah ketika seseorang merasa sendirian, terasing, dan tidak mempunyai siapa-siapa untuk membantunya ketika stres ataupun dibutuhkan. Sedangkan menurut Baron & Byrne (2005) kesepian merupakan hasil kognitif dan emosional terhadap kurangnya hubungan yang

diinginkan. Orang yang kesepian adalah mereka yang menginginkan teman tetapi tidak memilikinya.

Orang yang menderita kesepian, menurut Myers (1999), akan tampak terjebak di satu tempat. Mereka akan tampak terjebak dalam suatu keadaan, gagal dalam perilaku sosial dan kognisi sosial. Orang yang kesepian cenderung melihat kesedihan secara negatif, percaya bahwa harga diri yang rendah adalah akar dari ketidakmampuan mereka untuk membentuk hubungan sosial. Melalui rasa bersalah. Orang yang kesepian memiliki pandangan yang buruk terhadap orang lain. Perspektif yang tidak menguntungkan ini dapat membuat orang yang kesepian berpikir buruk tentang orang lain dan kehilangan kepercayaan sosial, yang membuat mereka semakin kecil kemungkinannya untuk mengurangi kesepian mereka sendiri (Myers, 1999).

Menurut Peplau dan Perlman (2015) kesepian sebagai pengetahuan seseorang yang merasa ada perbedaan antara pola hubungan sosial yang mereka harapkan dan yang mereka capai. Ini merujuk pada keputusan yang dialami seseorang ketika mereka merasa bahwa kebutuhan dasar mereka untuk kepemilikan dan keterkaitan tidak terpenuhi seperti yang diinginkan.

Menurut Russell (1996), kesepian adalah persepsi subjektif seseorang terhadap diri mereka sendiri yang disebabkan oleh kurangnya keintiman dengan orang lain. Kehidupan sosial seseorang dapat mengalami perubahan mendadak yang mengakibatkan sindrom ini, yang mungkin hanya berlangsung sementara. Ketidakmampuan untuk mengembangkan keterikatan dalam hubungan dan integrasi sosial menyebabkan kesepian emosional. Baron & Byrne (2005)

menjelaskan bahwa kesepian adalah kondisi emosional dan kognitif yang tidak memuaskan yang disebabkan oleh keinginan untuk memiliki hubungan yang dekat namun tidak mampu memperolehnya.

Kesepian juga dapat digambarkan sebagai rasa sakit sosial atau mekanisme pertahanan diri seseorang terhadap penolakan yang tidak diinginkan, yang membantu orang tersebut untuk tetap termotivasi untuk mengejar interaksi sosial dengan orang lain. (Weiten & Lloyd, 2006).

Taylor dan Sears (2009) menjelaskan jika seseorang mengalami perubahan dalam gaya hidupnya, mereka mungkin menjadi kesepian. Kesepian bisa terjadi akibat berubahnya hidup yang membuat seseorang jauh dari keluarga dekat atau temannya seperti pindah ketempat baru, pindah sekolah dan memulai kerja di tempat baru. Menahan sakit dari kecelakaan yang fatal juga dapat menyebabkan kesepian, yang dapat menghalangi hubungan sosial seperti kehilangan kemampuan fisik.

Berdasarkan penjelasan di atas, kesepian adalah perasaan ketidakpuasan dan kehilangan yang disebabkan oleh kurangnya hubungan sosial seseorang. Ini diketahui dengan perasaan tersendiri dan kurangnya aktifitas yang signifikan dengan orang sekitar. Oleh karena itu, orang yang kesepian memerlukan teman untuk berinteraksi dan memulai hubungan dengan orang lain

2. Aspek *Loneliness*

Menurut Russell (1996) *loneliness* terbagi menjadi tiga aspek yaitu:

a. Depresi

Merupakan tekanan pada diri sendiri yang menyebabkan tidak berguna dan kurangnya keinginan, yang dibarengi dengan perasaan pedih, tidak mempunyai semangat, dan kehilangan minat

b. Kepribadian

Karakter seseorang mempengaruhi cara mereka bertindak dan berpikir dalam kondisi tertentu. Kepribadian yang dimaksud ialah seseorang yang takut akan orang asing dan tidak percaya pada diri sendiri. Kepribadian yang dimaksud seperti seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah dan tidak berani menghadapi orang asing.

c. Keinginan Sosial

Kesepian terjadi sebab seseorang yang tidak memiliki kehidupan sosial yang didambakan dalam lingkungannya.

Aspek *loneliness* menurut Baron dan Byrne (2005) terdapat 3 aspek yakni:

a. Keterampilan Sosial, Seseorang yang tidak bisa dalam keterampilan sosial mempunyai ciri-ciri : harga diri minim, sulit berintraksi dengan oranglain, tidak bisa menyesuaikan diri dengan sekitar

b. Negatifitas personal

Individu yang kesepian tidak mempunya orang-orang terdekat akan bisa menjadi tidak bahagia. Ciri orang yang mempunyai negatifitas personal

yaitu: kecemasan, depresi, menyalahkan diri sendiri, rasa malu, ketidakbahagiaan, pesemisme.

c. Situasi Interpersonal

Individu yang kesepian tidak mampu berkaitan dengan interaksi sosial dengan baik. Situasi interpersonal mempunyai karakteristik yaitu: putus asa kesia-siaan, konflik dalam keluarga dan kesia-siaan

Dari penjelasan diatas telah disimpulkan ada beberapa aspek kesepian yakni: depresi, kepribadian, keinginan sosial

4. Dampak *Loneliness*

Orang yang mengalami kesepian cenderung memiliki sikap bermusuhan, membenci, tidak mempercayai orang lain, menilai orang lain dengan buruk, dan menafsirkan tindakan orang lain secara negatif dibandingkan mereka yang tidak mengalami kesepian.

Menurut Gunansa (2004) menerangkan bahwa kondisi kesepian mengakibatkan perasaan tidak berdaya, tidak aman, ketergantungan, dan pengabaian. Lansia yang mengidentifikasi diri mereka sebagai kesepian sering kali percaya bahwa mereka tidak dicintai, tidak layak, dan tidak diperhatikan. Perasaan seperti itu justru membuat kondisi kesehatan menjadi tidak baik.

C. Kontrol Diri

1. Defenisi Kontrol Diri

Berk (2006) Kontrol diri ialah keahlian seseorang untuk mencegah dorongan atau keinginan yang bertolak belakang dengan tingkah laku norma sosial. Selanjutnya, menurut Ghufron dan Risnawati (2012) Kontrol diri adalah seseorang yang mampu menilai secara perseptif keadaan dirinya sendiri dan juga keadaan sekitarnya untuk mengatur dan mengendalikan perilakunya agar sesuai dengan keadaan dimasyarakat.

Golaman (2005) menyatakan kontrol diri seseorang adalah bakat yang datang dengan pengendalian diri. Ketika menghadapi stres atau berinteraksi dengan orang yang antagonis merupakan indikasi peringatan bahwa mereka mungkin merespons dengan pikiran atau tindakan yang sama. Pengendalian diri sebagai kemampuan seseorang untuk mengatur perilaku mereka sendiri dan untuk menahan atau menghambat keinginan yang sudah terbentuk.

Menurut Andaryani dan Tairas (2013), orang yang mempunyai kendali diri yang besar ahli dalam mengambil keputusan tentang apa yang harus dilakukan berdasarkan keyakinannya.

Ghufron dan Risnawati (2012) mendefinisikan kontrol diri sebagai kapasitas untuk mengatur perilaku diri sendiri. Kapasitas untuk mengatur perilaku, oleh karena itu memikirkan segala sesuatunya sebelum bertindak lebih baik daripada bertindak secara impulsif. Dengan kata lain, kontrol diri ini adalah kapasitas untuk melakukan kontrol diri ketika bertindak.

Kontrol diri, menurut Tangney Baumeister & Boone (2004), yaitu kapasitas yang dimiliki seseorang untuk menoleransi respons negatif yang dirasakan dan menyalurkannya ke arah yang lebih positif. Selanjutnya, menurut Fatimah (2006) menyatakan bahwa, secara umum kontrol diri mengacu pada kapasitas individu untuk mengendalikan diri di bawah tekanan. Kontrol diri yang rendah mengacu pada ketidakmampuan seseorang untuk melakukan kendali diri ketika bertindak dengan cara melakukan sesuatu tanpa memikirkan efek jangka panjangnya, tetapi orang dengan kontrol diri yang kuat mampu menahan diri dari tindakan berisiko dengan mempertimbangkan efek jangka panjangnya. Ghufroon dan Rini (2010) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk mengatur, memimpin, mengelola, dan mengarahkan perilaku yang dapat memberikan hasil yang menguntungkan.

Menurut Sari, Yusri dan Said (2017) kontrol diri memiliki fungsi bagi kehidupan remaja. Remaja yang mampu mengontrol diri dapat berinteraksi dan berperilaku dengan baik, membuat keputusan, dan mengendalikan emosi mereka. Kontrol diri adalah komponen penting yang dapat mempengaruhi hidup dan tingkah laku seseorang sehingga mereka dapat menghindari perbuatan negatif mereka. Oleh karena itu masing-masing orang harus memiliki kontrol diri agar hidupnya lebih tertata.

Berdasarkan alasan diatas, dapat disimpulkan bahwa remaja yang mempunyai kontrol diri yang kuat mampu mengendalikan tingkat intensitas bermain *game online*, sehingga dapat mengurangi potensi dampak buruknya. Siswa yang kesulitan dalam mengendalikan diri lebih cenderung menjadi

kecanduan bermain *game online* karena mereka tidak dapat mengatur kebutuhan mereka untuk terus bermain *game* jenis ini. Efek buruk dari kurangnya kontrol diri ini dapat berupa kecanduan bermain *game online*.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Terdapat 3 aspek kontrol diri menurut Gufron & Risnawati (2012)

1. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif ialah kemampuan seseorang dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan. Seseorang dengan kemampuan kognitif yang benar akan mengontrol informasi dengan cara menilai, menganalisis, atau menyambungkan suatu kejadian dalam kerangka pikiran.

2. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kesiapan seseorang untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan disebut kontrol perilaku. Orang yang memiliki kontrol perilaku yang baik akan mampu menangani situasi dengan cara yang baik sehingga mereka dapat menghindari situasi yang tidak menguntungkan

3. Kontrol dalam mengambil keputusan (*Decision Control*)

Kemampuan seseorang untuk mengambil suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang disetujui atau diinginkan disebut kontrol pengambilan keputusan. Dalam hal ini, kontrol pengambilan keputusan bertanggung jawab untuk menentukan berbagai kemungkinan tindakan yang dapat diambil seseorang.

Menurut Tangney Baumeister & Boone (2004) kontrol diri terdapat 5 aspek yaitu:

1. *Self-Dicipline*, kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi pada diri sendiri saat bekerja dan melakukan tugas.
2. *Work Ethic* yaitu berhubungan dengan kebijaksanaan seseorang dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Orang dapat melaksanakan tugas-tugas mereka secara efektif ketika mereka tidak terpengaruh oleh faktor-faktor eksternal
3. *Healthy Habits* yaitu mereka yang memiliki ketangguhan untuk mengatur kebiasaan mereka sendiri menjadi kebiasaan yang sehat akan menghindari hal-hal yang berdampak merugikan bagi mereka
4. *Deliberate/Nonimpulsive* adalah kecenderungan seseorang untuk menyelesaikan tugas dengan hati-hati, penuh pertimbangan, dan tanpa terburu-buru. Saat bekerja, mereka tidak mudah teralihkan. Seseorang yang tidak impulsif dapat bertindak dengan tenang dalam membuat keputusan
5. *Reliability* yaitu aspek yang berhubungan dengan penilaian seseorang terhadap kemampuan mereka untuk mencapai tujuan jangka panjang. Seseorang yang melakukan semua rencananya akan memiliki tingkat pengendalian diri yang konsisten.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan terdapat 5 aspek kontrol diri yaitu :

self dicipline, work ethic, healthy habits, deliberate, reliability

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kontrol Diri

Menurut Dayakisni, dan Hudabiah (2003) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu :

a. Kepribadian

Kontrol diri dipengaruhi oleh kepribadian seseorang yang membentuk cara dia merespons tekanan dan mempengaruhi hasil yang dia capai. Setiap orang berbeda, dan hal ini akan membedakan mereka dalam cara mereka merespons situasi tertentu. Ada orang yang merespons situasi dengan cepat, terutama yang membebani secara psikologis, dan ada pula yang membutuhkan waktu untuk meresponsnya.

b. Etnis

Kontrol diri juga dipengaruhi oleh etnis atau budaya seseorang, karena masing-masing memiliki nilai dan keyakinan berbeda yang membuat cara seseorang berkomunikasi dan merespons lingkungannya. Sebagian besar perilaku seseorang dibentuk oleh nilai-nilai yang ditanamkan dalam budaya mereka. Seseorang yang tidak ada kesamaan budaya bisa memiliki pandangan yang berbeda terhadap situasi.

c. Situasi

Contoh faktor yang penting dalam proses peningkatan kontrol diri adalah situasi. Dalam beberapa situasi, setiap orang memiliki strategi yang berbeda, dan strategi ini masing-masing memiliki kualitas khusus. Setiap orang memandang suatu situasi secara berbeda, bahkan situasi yang sama

dapat ditafsirkan secara berbeda, yang dapat berdampak pada bagaimana seseorang meresponsnya.

d. Usia

Bertambahnya usia secara alami mengikuti kematangan dalam bertindak dan berpikir ini karena pengalaman hidup lebih banyak dan beragam, yang akan membantu memberi reaksi dan keadaan. Seseorang yang lebih tua cenderung mempunyai kontrol diri yang lebih baik dibanding seseorang yang lebih muda.

e. Pengalaman

Metode belajar mandiri seseorang dibentuk oleh pengalaman. Sementara pengalaman yang tidak menyenangkan dapat mengubah pola reaksi terhadap kejadian tersebut, pengalaman positif dapat memotivasi seseorang untuk melakukan hal yang sama.

Baumeister & Boden (1998) berpendapat ada 2 aspek yang mempengaruhi kontrol diri yaitu:

1. Orangtua

Interaksi orang tua dan anak menunjukkan bagaimana orang tua mempengaruhi kontrol diri anak mereka. Anak yang dididik oleh orangtua yang keras dan otoriter kemungkinan tidak memiliki kendali diri dan pekaan terhadap keadaan di sekitar mereka. Untuk membantu anak-anak mereka mengembangkan kontrol diri yang lebih kuat, orang tua harus

menanamkan kemandirian dalam diri mereka sejak usia muda dan memberi mereka kesempatan untuk membuat keputusan sendiri

2. Faktor budaya

Sebagian besar perilaku seseorang dibentuk oleh nilai-nilai yang ditanamkan dalam budaya mereka. Budaya suatu lingkungan memiliki dampak pada setiap individu di dalamnya. Selain itu, setiap area memiliki budaya yang berbeda yang membedakannya dari lingkungan lain. Kemampuan seseorang untuk melakukan kontrol diri dalam lingkungan seperti itu dipengaruhi oleh hal ini. Seseorang yang berbeda budaya akan memiliki reaksi yang berbeda terhadap situasi yang di hadapi.

Dari penjelasan diatas terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu: kepribadian, situasi, etnis, usia, pengalaman

D. Kerangka Berpikir

Salah satu teknologi yang sudah menjadi kehidupan sehari-hari dan digemari oleh masyarakat termasuk remaja ialah internet. Memanfaatkan teknologi internet sebagai strategi hiburan menunjukkan bahwa internet adalah sebuah fenomena yang telah mengubah dan mempengaruhi masyarakat dengan memberikan efek positif dan terkadang negatif bagi penggunaannya. Jika seseorang tidak dapat mengontrol keinginan mereka untuk melakukan sesuatu, yang berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental mereka, maka orang tersebut dianggap mengalami kecanduan. Kecanduan *game online* merupakan salah satu dari kecanduan dari internet. Kecanduan *game online* adalah aktivitas berlebihan yang dimainkan di

internet secara teratur sehingga menjadi kecanduan pada suatu *game*, salah satu *game online* sehingga menjadi kebiasaan atau kecanduan. Weinstein (2010) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai penggunaan *game online* yang berlebihan atau obsesif hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Ketika seseorang mengalami kecanduan *game online*, mereka akan memainkan *game* tersebut tanpa henti, terputus dari interaksi sosial, dan memprioritaskan kemenangan daripada hal-hal lain ini ialah perilaku bermain *game* yang berlebihan, berulang, dan berkelanjutan. Remaja lebih senang ketika mereka bermain *game online* karena hal itu memberi mereka rasa puas, yang meningkatkan keinginan mereka untuk memainkan *game* ini sepanjang waktu. Remaja yang kesepian terkadang beralih bermain video *game* tanpa henti hingga lupa waktu dan mengalami kecanduan *game*.

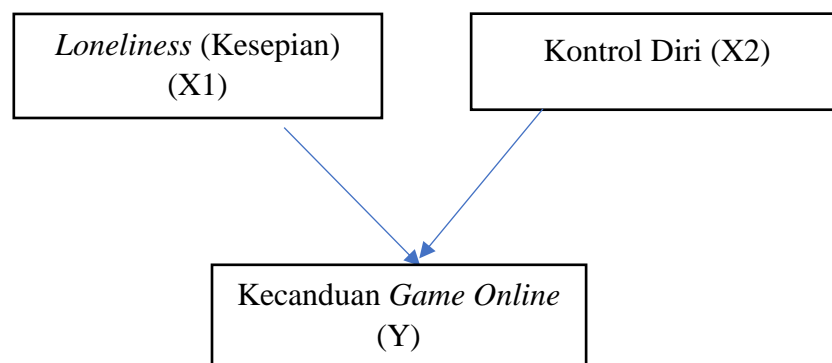
Ada banyak penyebab kecanduan *game online*. Young (2019) menyatakan salah satu penyebab kecanduan *game online* adalah *Loneliness* Seseorang yang kesepian membutuhkan orang lain untuk berinteraksi dan menjalin hubungan karena kesepian adalah perasaan kehilangan dan ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang buruk yang dimiliki seseorang. Orang yang kesepian ditandai dengan perasaan terisolasi dan kurangnya hubungan dengan orang lain. Ini juga sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan Mursyad (2019) Yang menunjukkan hasil bahwa ditemukan pengaruh positif kesepian terhadap kecenderungan bermain internet secara terus menerus pada pemain *game online*. . Remaja menghindari kesepian karena manusia adalah makhluk sosial dan tidak dapat hidup sendiri. Salah satu hal yang menyebabkan kesepian adalah dorongan

yang tidak terpenuhi untuk terhubung dengan orang lain. Orang yang kesepian ialah orang yang bergantung pada orang lain untuk berinteraksi dan mengembangkan hubungan yang unik dalam berbagai konteks, mulai dari pertemanan yang erat hingga cinta yang intens. Ini mencakup keadaan di mana keintiman atau keterikatan yang diinginkan belum terwujud, serta keadaan di mana hubungan lebih kecil dari yang diinginkan.. Seseorang mengalami kesepian ketika mereka merasa membutuhkan keakraban dan persahabatan dari orang lain di sekitarnya, tetapi pada kenyataannya, mereka percaya bahwa mereka sendirian atau tidak memiliki teman. Para pemain *game* sering kali kesulitan untuk menjalin hubungan sosial dan merasa kesepian, seolah-olah mereka tidak pernah memiliki rasa kebersamaan di dunia nyata, merupakan faktor penyebab yang signifikan terhadap masalah kecanduan *game online*.

Faktor lain nya penyebab Kecanduan *Game Online* pada seseorang yaitu Kontrol Diri. Kontrol diri juga dikenal sebagai kendali diri, yang dapat berarti mengontrol tingkah laku seseorang. Kontrol tingkah laku berarti mempertimbangkan sesuatu sebelum bertindak. Kendali diri dapat digunakan untuk mengurangi efek psikologis yang buruk dan sebagai upayanpencegahan. Dengan memiliki kendali diri, seseorang mampu membuat perkiraan terhadap perilaku yang akan mereka lakukan, sehingga mereka dapat mencegah hal-hal yang tidak menyenangkan yang akan mereka alami di masa mendatang. Pemain *game online* dengan disiplin diri yang kuat dapat membatasi durasi dan intensitas sesi bermain *game* mereka, serta efek negatif yang ditimbulkan dari bermain *game* tidak terlalu berbahaya, sedangkan mereka yang tidak memiliki kontrol diri yang

bagus sebaliknya, pemain dengan kontrol diri yang buruk akan merasa sulit untuk membatasi jumlah waktu dan upaya yang mereka habiskan untuk bermain *game online*, sehingga sulit untuk menimbang dampak dari bermain *game* terlalu banyak. Bahwa dengan melatih kontrol diri, seseorang dapat menghindari perilaku yang tidak diinginkan dan menjauhkan diri darinya. Mereka yang memiliki kontrol diri yang kuat dapat menjauhkan diri dari hal-hal yang menurut mereka berlebihan, seperti bermain *game online* dalam jangka waktu yang lama dan intens, yang membantu mencegah mereka dari kecanduan

Berdasarkan uraian diatas, maka dirumuskan kerangka penelitian sebagai berikut :



Gambar 1. Dinamika/ Bagan Kerangka Penelitian

E. Hipotesis

Berdasarkan teori diatas, maka hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah : Adakah pengaruh antara *loneliness* dan kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian dan Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis yang telah disusun, penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan peralatan penelitian dan pengolahan data kuantitatif/statistik. Model penelitian untuk penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi berganda. Berdasarkan hal ini, peneliti ingin mengetahui sejauh mana kesepian dan kontrol diri berdampak pada kecanduan *game online*. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu :

- a) Variabel Dependen (variabel terikat) : Kecanduan *Game Online*(Y)
- b) Variabel Independen (variabel bebas) : X1 - Kesepian
X2 - Kontrol Diri

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Tempat melakukan penelitian ini di SMPN 1 Pkl. Kerinci dengan alamat Jl. Maharaja Indra, kelurahan Pkl. Kerinci Kota, kecamatan Pkl. Kerinci, kabupaten Pelalawan Riau

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada mulai tanggal 5 Januari sampai sekarang

C. Definisi Operasional

1. Kecanduan *Game Online*

Kecanduan *game online* adalah keinginan kuat untuk bermain *game online* secara berlebihan atau kompulsif yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari seseorang sehingga memberikan konsekuensi negatif pada dirinya dan mengakibatkan munculnya tanda dan gejala masalah kognitif dan perilaku, seperti hilangnya kendali atas permainan, toleransi, dan menarik diri, dan akan diukur menggunakan skala kecanduan *game online* berdasarkan aspek-aspek kecanduan *game online*, yaitu : *Tolerance* (Toleransi), *Withdrawal* (Penarikan Diri), *Interpersonal and health-related problem*, *compulsion* (kompulsif)

2. Kesepian (*Loneliness*)

Kesepian adalah perasaan kehilangan dan ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang rendah yang dimiliki oleh seseorang dan ditandai dengan adanya perasaan-perasaan terasing serta kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain sehingga individu yang kesepian membutuhkan orang untuk diajak berkomunikasi dan membangun hubungan, dan akan diukur menggunakan skala kesepian berdasarkan aspek-aspek *loneliness*, yaitu : *Personality* (Kepribadian), *Social desirability* (Keinginan Sosial), dan *Depression* (Depresi).

3. Kontrol diri

Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengatur, menolak, menahan, mengendalikan dan mengubah perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi serta membuat pertimbangan sebelum bertindak untuk tidak menyimpang dari nilai

maupun harapan sosial dan dapat terbentuk karena adanya hukum atau peraturan yang mengikat diri agar perilaku yang diwujudkan bisa diatur sehingga tidak menimbulkan dampak yang negatif, dan akan diukur dengan skala kontrol diri berdasarkan aspek-aspek kontrol diri, yaitu : *Self-Dicipline* (Kedisiplinan Diri), *Deliberate/Nonimpulsive* (Tindakan non impulsif), *Healthy Habits* (Pola Hidup Sehat), *Work Ethic* (Etos Kerja), dan *Reliability* (Kehandalan)..

D. Populasi, Sampel dan Metode Sampling

1. Populasi

Kata "populasi" menggambarkan kumpulan objek atau individu dengan kualitas dan ciri-ciri tertentu yang telah dipilih oleh para peneliti untuk diamati dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini merupakan remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci kelas IX yang berjumlah 115 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari karakteristik dan jumlah dari populasi tersebut. (Sugiyono, 2016). Dari jumlah populasi 115 orang ini maka digunakan rumus *Slovin* dengan taraf kesalahan yang telah ditetapkan sebesar 5%

Dengan rumus sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan : n = Jumlah sampel yang akan dicari

N = Jumlah Populasi

e = *batas toleransi error* = 5% = 0,05

berdasarkan rumus diatas, jumlah sampel yang akan di ambil adalah :

$$n = \frac{115}{1 + 115 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{115}{1 + 0,2875}$$

$$n = \frac{115}{1,2875}$$

$$n = 89$$

Hasilnya menunjukkan bahwa untuk melakukan penelitian ini, diperlukan jumlah sampel sebesar 89 responden, peneliti akan membulatkan jumlah tersebut menjadi 90 responden.

3. Metode Sampling

Metode sampling adalah teknik yang dipakai untuk mengambil sampel dari suatu polulasi yang akan diteliti untuk tujuan penelitian. Metode sampling yang akan digunakan ialah *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik untuk memilih responden berdasarkan kriteria yang telah ditentukan untuk dijadikan sampel (Siregar, 2013) Berikut kriteria sebagai berikut :

1. Remaja kelas IX di SMPN 1 Pkl. Kerinci

2. Remaja kelas IX di SMPN1 Pkl. Kerinci yang pernah bermain *game online*
3. Remaja kelas IX di SMPN 1 Pkl. Kerinci dengan usia 14-15 tahun

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu, skala kesepian, skala kontrol diri dan skala kecanduan *game online*.

Skala Likert digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini. Sugiyono (2013) menyatakan skala likert dipergunakan untuk mengukur persepsi, sifat dan pendapat individu atau kelompok tentang sosial. Responden diminta untuk memilih satu jawaban dari lima pilihan jawaban yang tersedia ketika melakukan penskalaan terhadap pernyataan ini. Bentuk pernyataan yang akan diajukan dalam skala ada yang bersifat *favorable* dan yang bersifat *unfavorable*. Skala likert mencakup empat yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS)

Alternatif Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

1. Skala Kecanduan *Game*

Skala kecanduan *game online* dalam penelitian ini disusun oleh Lemmes (2009), yang menggunakan penelitian dari Hutasuht (2020), untuk mengukur perbedaan tingkat kecanduan *game* dari setiap individu dengan 4 aspek yaitu *Compulsion, withdraw, tolerance, interpersonal and health problem*. Penelitian ini memiliki favorable dan unfavorable dengan jumlah 24 aitem diketahui bahwa skala tersebut memiliki Alpha Cronbach hasil analisis tersebut, item yang dinyatakan valid sebanyak 19 item dan yang dinyatakan gugur sebanyak 5 aitem. Berdasarkan hasil uji coba yang telah dilakukan pada skala kecanduan *game online* diperoleh nilai koefisien validitas dilihat dari nilai rit yang berkisar antara 0.532 sampai 0.734 untuk aspek *compulsion*, 0.439 sampai 0.848 untuk aspek *withdrawal*, 0.475 sampai 0.700 untuk aspek *tolerance*, 0.384 sampai 0.523 untuk aspek *interpersonal and health problem* dan dalam pengujian reliabilitas didapat koefisien alpha sebesar 0.928 untuk skala kecanduan *game online*. Penilaian skala ini menggunakan skala Likert, pada aitem favorable, pemilihan jawabannya ialah memperoleh skor 4 jika menjawab “Sangat Sesuai” (SS), skor 3 untuk pilihan “Sesuai” (S), skor dua untuk pilihan “Tidak Sesuai” (TS) dan skor 1 untuk pilihan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Sebaiknya untuk jawaban negatif atau aitem unfavorable subjek memperoleh skor 1 jika menjawab “Sangat Sesuai” (SS), skor 2 untuk pilihan “Sesuai” (S), skor 3 untuk pilihan “Tidak Sesuai” (TS) dan skor 4 untuk pilihan “Sangat Tidak Sesuai” (STS).

Table 1. Blue Print Kecanduan Game Online

Aspek	Indikator	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah
<i>1. Compulsion</i>	a. dorongan untk terus menerus bermain <i>game online</i>	1, 11	7, 15	4
<i>2. Withdrawal</i>	a. tidak mampu menjauhkan diri dari <i>game online</i>	6, 24	4, 13	4
	b. gelisah saat tidak bermain <i>game online</i>	10, 16	19, 22	4
<i>3. Tolerance</i>	a. peningkatan waktu bermain <i>game online</i>	3, 14	9, 18	4
<i>4. Interpersonal and health problem</i>	a. permasalahan dengan hubungan interpersonal yang dimiliki	5, 21	2, 12	4
	b. permasalahan dengan kesehatan diri	8, 17	20, 23	4
Jumlah		12	12	24

2. Skala *Loneliness*

Skala *loneliness* ini berdasarkan penelitian oleh Russel (1996), yang menggunakan penelitian dari hutasuhut pada tahun 2020, ini dikemukakan oleh

aspek – aspek ialah: *depression* (depresi), *personality* (kepribadian), *social desirability* (keinginan sosial). Hasil analisis item skala kesepian yang terdiri dari 12 item, dimana 6 item favorable dan 6 item unfavorable. Dari hasil analisis tersebut, maka item yang dinyatakan valid sebanyak 9 item dan yang dinyatakan gugur sebanyak 3 item. Diperoleh nilai koefisien validitas dilihat dari nilai rit yang berkisar antara 0.410 sampai 0.655 untuk aspek kepribadian, 0.728 sampai 0.820 untuk aspek keinginan sosial, 0.458 sampai 0.554 untuk aspek depresi. Dalam pengujian reliabilitas didapat koefisien alpha sebesar 0.733. Skala penilaian ini menggunakan skala Likert, pada aitem favorable pemilihan jawabannya ialah memperoleh skor 4 jika menjawab “Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk pilihan “Sesuai” (S) , skor dua untuk pilihan “Tidak Sesuai” (TS) dan skor 1 untuk pilihan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Sebaiknya untuk jawaban aitem unfavorable subjek memperoleh skor 1 jika menjawab “Sangat Sesuai” (SS), skor 2 untuk pilihan “Sesuai” (S), skor 3 untuk pilihan “Tidak Sesuai” (TS) dan skor 4 untuk pilihan “Sngat Tidak Sesuai” (STS).

Tabel 2. Blue Print *Loneliness*

Aspek	Indikator	favorebel	Unfavorebel	Jumlah
<i>1. Depression</i>	a. bentuk tekanan dalam diri individu	12, 5	1, 7	4
<i>2. Personality</i>	a. karakteristik perilaku dan cara berpikir individu	6, 11	3, 9	4

3.	<i>Social desirability</i>	a. tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan	2, 8	4, 10	4
Jumlah			6	6	12

3. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri ini berdasarkan penelitian Gufron & Risnawati (2012) yang dikutip menggunakan penelitian oleh Mardiana Zulfa Al-badry tahun 2022, yang menyatakan ada terdapat 3 faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu : kontrol perilaku, kontrol kognitif, kontrol dalam mengambil keputusan. Hasil analisis item skala kontrol diri yang terdiri dari 16 item, dimana 8 item favorable dan 8 item unfavorable. Berdasarkan hasil analisis tersebut, item yang dinyatakan valid sebanyak 13 item dan yang dinyatakan gugur sebanyak 3 item. Diperoleh nilai koefisien validitas dilihat dari nilai rit yang berkisar antara 0.504 sampai 0.724 untuk aspek kontrol perilaku, 0.470 sampai 0.522 untuk aspek kontrol kognitif, 0.331 sampai 0.712 untuk aspek kontrol dalam mengambil keputusan. Dalam pengujian reliabilitas didapat koefisien alpha sebesar 0.901 untuk skala kontrol diri. Pemilihan jawabannya ialah memperoleh skor 4 jika menjawab “Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk pilihan “Sesuai” (S) , skor dua untuk pilihan “Tidak Sesuai” (TS) dan skor 1 untuk pilihan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Sebaiknya untuk jawaban aitem unfavorable subjek memperoleh skor 1 jika menjawab “Sangat Sesuai” (SS), skor 2 untuk pilihan “Sesuai” (S), skor 3 untuk pilihan “Tidak Sesuai” (TS) dan skor 4 untuk pilihan “Sngat Tidak Sesuai” (STS)

Tabel 3. BluePrint Kontrol Diri

Aspek	Indikator	favorebel	Unfavorebel	Jumlah
1. kontrol perilaku	a. mampu mengendalikan situasi di luar	6, 15	3, 9	4
	b. mampu mengendalikan diri sendiri	11, 5	2, 14	4
2. kontrol kognitif	a. mampu mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan baik	13, 8	4, 10	4
3. kontrol dalam mengambil keputusan	a. mampu memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini dan disetujui	12, 16	1, 7	4
Jumlah		8	8	16

E. Validitas dan Realibitas

1. Validitas

Validitas ialah gagasan yang membentuk pada seberapa sukses tes telah mengukur apa yang seharusnya diukur (Sudaryono, 2017). Sebuah tes atau alat pengukur dianggap mempunyai validitas yang tinggi jika alat tersebut menjalankan fungsi pengukuran yang dimaksudkan dan memberikan hasil yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah yang ditentukan oleh pengukuran ini secara akurat menangkap keadaan atau fakta yang sebenarnya. Kriteria penelitian yang digunakan untuk menguji validitas item dilihat dari nilai *corrected item-total correlation* yaitu $\geq 0,30$. Hasil validitasi

dianggap tidak valid atau gugur jika koefisien validitas yang diperoleh kurang dari 0,03. Hasil validitas dapat dianggap valid jika koefisien validitas yang diperoleh lebih dari 0,30. Dalam penelitian ini, validitas aitem mengaplikasikan program SPSS.

2. Reabilitas

Reliabilitas adalah tingkat di mana alat pengukur yang sama dan dua atau lebih pengukuran terhadap gejala yang sama menghasilkan hasil yang konsisten (Siregar, 2013). Menurut Anwar (2015) Hasil yang konsisten apabila ketika hasil yang sama dihasilkan di beberapa pengukuran pada kelompok orang yang sama.

Dalam penelitian ini reliabilitas instrument diukur dengan menggunakan teknik Alpha Cronbach yang terdapat dalam SPSS 25. Dengan kriteria > 0.9 sangat reliabel, $0.7-0.9$ reliabel, $0.4-0.7$ cukup reliabel dan < 0.4 tidak reliabel.

F. Analisis Data

1. Uji Normalitas

Menurut Suliyanto (2011) tujuan dari uji normalitas adalah untuk memastikan apakah distribusi data dalam sekumpulan variabel terdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dari program SPSS. Dalam penelitian ini, normalitas distribusi data dinilai dengan menggunakan kriteria sebagai berikut: Nilai Sig. $> 0,05$ menunjukkan distribusi yang normal, sedangkan Sig. $0,05$ menunjukkan distribusi yang tidak normal.

2. Uji Linearitas

Tujuan dari uji linearitas adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear yang substansial antara dua variabel atau tidak. Peneliti

menggabungkan aplikasi SPSS dengan teknik for linierity tes untuk mempermudah perhitungan uji tersebut. Dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel dependen dan independen signifikan jika tingkat signifikansi pada garis linieritas kurang dari 0,05 dan hubungan tersebut linier jika tingkat signifikansi pada deviasi dari garis linieritas lebih besar dari 0,05.

3. Uji Multikolinieritas

Multikolinieritas atau kolinieritas ganda adalah adanya hubungan antara variabel bebas (x) dalam model regresi linier berganda. Uji ini diperlukan untuk mengetahui ada tidaknya kemiripan antar variabel independent dalam satu model. Pendeteksi multikolinieritas dapat dilihat melalui nilai Variance Inflation Factors (VIF), apabila nilai $VIF < 10$ maka tidak terdapat multikolinieritas diantara variabel independent dan sebaliknya jika nilai $VIF > 10$ maka terdapat multikolinieritas.

D. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, pengaruh satu atau lebih variabel bebas (independen) terhadap satu variabel terikat (dependen) ditentukan dengan menggunakan teknik regresi linier berganda. Untuk menentukan apakah suatu hipotesis diterima atau ditolak adalah dengan melihat nilai signifikasinya, jika nilai signifikansi < 0.05 maka hipotesis diterima dan jika nilai signifikansinya > 0.05 maka hipotesis ditolak

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

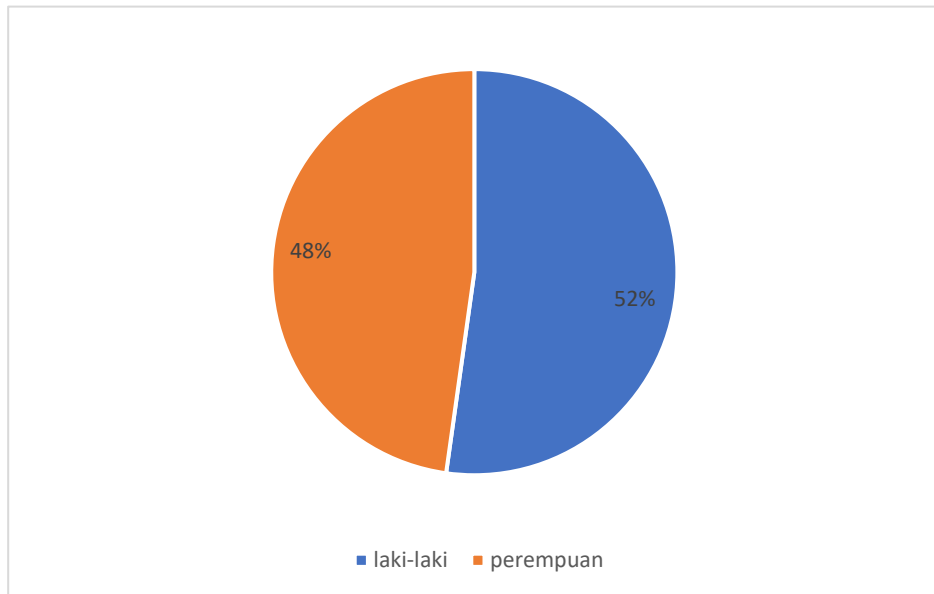
SMPN1 Pkl. Kerinci terletak di Jl. Maharaja Indra, tepatnya di wilayah kelurahan Pkl. Kerinci Timur, kecamatan Pkl. Kerinci kabupaten Pelalawan. SMP ini di pimpin oleh seorang kepala sekolah yang bernama Junaidi, M.Pd dan mempunyai tenaga pengajar sebanyak 47 orang yang terdiri dari guru honorer dan PNS dan memiliki murid sebanyak 489 orang. SMPN 1 Pkl. Kerinci dengan NPSN : 10404847 mempunyai luas 20,000 M², tanggal SK Izin Operasional : 1991-05-30, email smpn1kerinci.sch.id, dan nomor telpon (0761) 493113.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini yaitu remaja kelas IX SMPN1 Pkl. Kerinci yang pernah memainkan game online. Populasi dalam penelitian berjumlah 115 orang dengan pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan taraf kesalahan 5 % sehingga menghasilkan sampel sebanyak 90 siswa. Deskripsi data dari kecanduan game online, kesepian, dan kontrol diri di kelas IX SMPN1 Pkl. Kerinci diperoleh skor dengan menggunakan SPSS.

a. Berdasarkan jenis kelamin

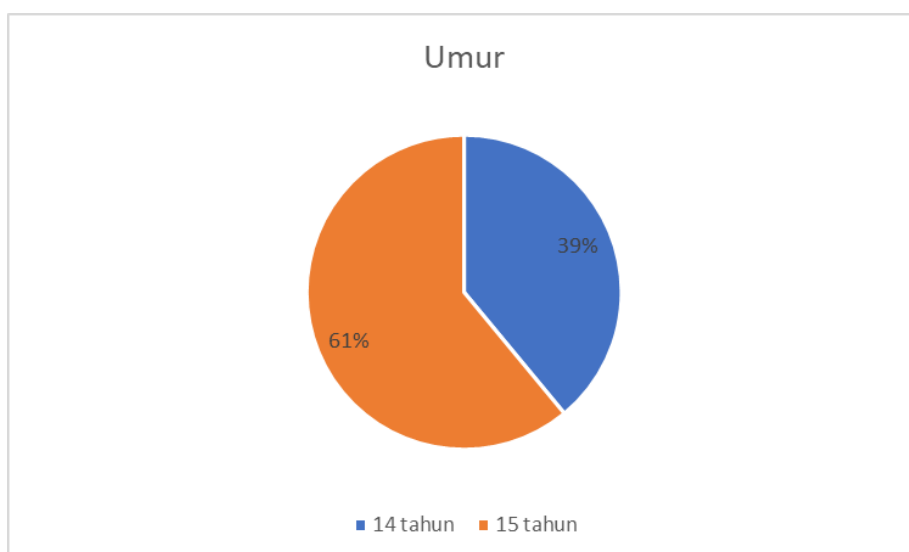


Gambar 2. Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Dapat dilihat pada gambar diatas, diketahui sebanyak 52% atau sebanyak 52 orang adalah siswa laki-laki dan 48% atau sebanyak 48 orang adalah siswi perempuan

b. Berdasarkan usia

Gambar 3. Presentase Subjek Berdasarkan Usia



Dapat dilihat pada gambar diatas, diperoleh usia 15 tahun sebanyak 61%, dan 14 tahun sebanyak 39 %

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

a) Kategorisasi Variabel Kecanduan Game Online

Table 4. Kategorisasi Skor Variabel Kecanduan Game Online

Rumus Interval		
$X < (\text{Mean}-1\text{SD})$	< 38	Rendah
$(\text{Mean}-1\text{SD}) < X < (\text{Mean}+1\text{SD})$	38-57	Sedang
$x > (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	>57	Tinggi

Berdasarkan tabel rumusan kategori diatas, diketahui skor skala Kecanduan Game Online pada remaja di SMPN 1 Pkl. Kerinci dinyatakan memiliki kecenderungan kecanduan *game online* yang tinggi apabila skornya lebih dari 57, apabila kecenderungan kecanduan dalam kategori sedang maka skor diantara 38-57, sedangkan dalam kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 38

Tabel 5. Distribusi Variabel Kecanduan Game Online

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulativ e Percent
Valid	Rendah	12	13.3	13.3	13.3
	Sedang	41	45.6	45.6	58.9

Tinggi	37	41.1	41.1	100.0
Total	90	100.0	100.0	

Pada variabel kecanduan *game online* dapat diketahui sebanyak 37 siswa (41,1%) dikategorikan mengalami kecenderungan kecanduan *game online* yang tinggi, 41 siswa (45,6%) dikategorisasikan mengalami tingkat kecenderungan kecanduan *game online* yang sedang, dan 12 siswa (13,3%) dengan tingkat kecenderungan kecanduan *game online* yang rendah.

b). Kategorisasi Variabel Kesepian

Table 6. Kategorisasi Skor Variabel Loneliness

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean}-1\text{SD})$	< 18	Rendah
$(\text{Mean}-1\text{SD}) < X < (\text{Mean}+1\text{SD})$	18-27	Sedang
$x > (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	>27	Tinggi

Berdasarkan tabel rumusan kategori diatas, diketahui skor skala kesepian pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci dinyatakan memiliki tingkat kesepian yang tinggi apabila skornya lebih dari 27, apabila tingkat kesepian dalam kategori sedang maka skor diantara 18-27, sedangkan dalam kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 18.

Table 7. Distribusi Variabel Loneliness

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	11	12.2	12.2	12.2
	Sedang	39	43.3	43.3	55.6
	Tinggi	40	44.4	44.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

Pada variabel kesepian dapat diketahui sebanyak 40 siswa (44,4%) dikategorikan mengalami tingkat kesepian yang tinggi, 39 siswa (43,3%) dikategorisasikan mengalami tingkat kesepian yang sedang, dan 11 siswa (12,2%) dengan tingkat kesepian yang rendah.

c. Kategorisasi Variabel Kontrol Diri

Table 8. Kategorisasi Skor Variabel Kontrol Diri

Rumus Interval		
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	< 26	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) < X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	26-39	Sedang
$x > (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	>39	Tinggi

Berdasarkan tabel rumusan kategori diatas, diketahui skor skala kesepian pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci dinyatakan memiliki tingkat kesepian yang tinggi apabila skornya lebih dari 39, apabila tingkat kesepian dalam kategori

sedang maka skor diantara 26-39, sedangkan dalam kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 26

. Table 9. Distribusi Variabel Kontrol Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	7	7.8	7.8	7.8
	Sedang	31	34.4	34.4	42.2
	Tinggi	52	57.8	44.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

Pada variabel kontrol diri dapat diketahui sebanyak 52 siswa (57.8%) dikategorikan memiliki kontrol diri yang tinggi, 31 siswa (34.4%) dikategorisasikan memiliki kontrol diri yang sedang, dan 7 siswa (7.8%) dengan kontrol diri yang rendah.

C. Hasil Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah sebaran data dalam suatu kelompok data atau variabel berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, Kolmogorov-Smirnov test program SPSS digunakan untuk melakukan uji normalitas.

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas

Variabel	*Sig.	Keterangan
<i>Loneliness</i>	0,154	Normal
Kontrol Diri	0,154	Normal

Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini untuk menetapkan normalitas distribusi data adalah Sig. > 0,05 menunjukkan bahwa berdistribusi normal, dan Sig. 0,05 menunjukkan bahwa distribusinya tidak normal. Melalui tabel diatas terlihat bahwa Sig. adalah 0, 154 . Maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mendeteksi apakah dua variabel memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Apabila pada baris *linearity* taraf signifikansi <0,05 maka dapat dinyatakan hubungan antar variabel dependen dan independen berarti, dan apabila pada baris *deviation from linearity*, terdapat taraf signifikansi >0,05 maka bersifat linier.

Tabel 11. Hasil Uji Linearitas *Loneliness* terhadap Kecanduan *Game Online*

Variabel	F	*Sig	Keterangan
<i>Loneliness</i>	1.021	0.423	Liner

Terdapat nilai signifikansi 0,423 dimana nilai tersebut >0,05 maka artinya variabel kecanduan *game online* dan *loneliness* memiliki hubungan yang linear

Tabel 12. Hasil Uji Linearitas Kontrol Diri terhadap Kecanduan *Game Online*

Variabel	F	*Sig	Keterangan
Kontrol Diri	0.613	0.884	Liner

Terdapat nilai signifikansi 0.884 dimana nilai tersebut $>0,05$ maka artinya variabel kecanduan *game online* dan kontrol diri memiliki hubungan yang linear.

3. Uji Multikolinieritas

Table 13. Hasil Uji Multikolinieritas

Model	t	Sig.	Tolerance	VIF
<i>Loneliness</i>	9,889	,000	,941	1,063
Kontrol Diri	-3,481	,001	,941	1,063

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa kedua nilai VIF dibawah 10 (<10). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada masalah atau tidak terjadi gejala multikolinieritas pada model regresi diatas, sehingga model regresi dapat dipakai.

4. Uji Hipotesis

Tabel 14. Regresi inear Berganda

Model	R	R Square	Adjusted Square	R Std. Error of the Estimate
1	.779 ^a	.607	.598	8.930

Table 15. ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	10729.148	2	5364.574	67.270	.000 ^b
	Residual	6938.008	87	79.747		
	Total	17667.156	89			

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti bahwa hipotesis secara simultan diterima dengan nilai R Square sebesar 0,607 atau 60,7%. Hal tersebut artinya bahwa 60,7% variasi variabel independen dapat menjelaskan variabel dependen yaitu *loneliness* dan kontrol diri. Sedangkan 39,3% lainnya di jelaskan oleh faktor-faktor lain diluar penelitian. Hasil uji koefisien determinasi tersebut memberikan makna bahwa masih terdapat variabel independen lain yang mempengaruhi kecenderungan kecanduan *game online*.

Table 16. Tabel Coefficients

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
	1 (Constant)	23.454	4.871		
<i>Loneliness</i>	.564	.158	.685	9.889	.000

Kontrol Diri	-.345	.158	-.241	-3.481	.001
--------------	-------	------	-------	--------	------

Berdasarkan hasil data diatas nilai signifikasi variabel kesepian sebesar 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima, yaitu loneliness berpengaruh terhadap kecanduan *game online*. Selanjutnya nilai signifikasi dari variabel kontrol diri sebesar 0,001. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua yang diterima, yaitu kontrol diri berpengaruh terhadap kecanduan *game online*. Serta dapat dilihat pada tabel yang menunjukkan nilai signifikasi 0,000 ($p < 0,00$), maka dapat disimpulkan pula bahwa hipotesis ketiga diterima, yaitu ada pengaruh secara simultan variabel kesepian dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online*. Kemudian berdasarkan analisis data diatas diperoleh koefisien regresi linear berganda yaitu $a = 23.454$; $b_1 = 0.564$; $b_2 = 0.354$ dapat dibentuk dengan menggunakan persamaan regresi linear berganda sebagai berikut

$$Y = 23.454 + 0.564X_1 - 0.354X_2$$

Keterangan Y : Kecanduan *Game Online*, X_1 : Kesepian, X_2 : Kontrol Diri.

Dilihat dari persamaan regresi diatas maka dapat diketahui bahwa hasil nilai konstanta , ini menunjukkan bahwa nilai kecenderungan kecanduan *game online* tanpa adanya variabel *loneliness* dan kontrol diri. Nilai koefisien X_1 (0.564), artinya dengan meningkatnya variabel *loneliness* maka akan meningkatkan variabel kecanduan *game online* sebesar 0,564 atau 56,4%. Sedangkan nilai koefisien X_2 (-0,354), yang berarti dengan rendahnya variabel kontrol diri maka akan meningkatkan kecenderungan kecanduan *game online* sebesar 0,354 atau 35,4%.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh loneliness dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci. Dalam penelitian ini terdapat tiga pokok bahasan yaitu pengaruh loneliness terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci, pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci, dan pengaruh loneliness dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci.

Pada variabel kecanduan *game online* dapat diketahui sebanyak 37 siswa (41,1%) dikategorikan memiliki kecenderungan kecanduan *game online* yang tinggi, 41 siswa (45,6%) dikategorisasikan memiliki kecenderungan kecanduan *game online* yang sedang, dan 12 siswa (13,3%) dengan kecenderungan kecanduan *game online* yang rendah. Sedangkan pada variabel loneliness dapat diketahui sebanyak 40 siswa (44,4%) dikategorikan mengalami tingkat kesepian yang tinggi, 39 siswa (43,3%) dikategorisasikan mengalami tingkat loneliness yang sedang, dan 11 siswa (12,2%) dengan tingkat loneliness yang rendah. Kemudian pada variabel kontrol diri dapat diketahui sebanyak 52 siswa (57,8%) dikategorikan memiliki kontrol diri yang tinggi, 31 siswa (34,4%) dikategorisasikan memiliki kontrol diri yang sedang, dan 7 siswa (7,8%) dengan kontrol diri yang rendah.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 dengan nilai koefisien 0,564 atau 56,4 %. Artinya terdapat pengaruh loneliness terhadap kecenderungan kecanduan *game*

online pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci sebesar 56,4%. Hasil dari penelitian ini memperkuat teori yang sudah dibahas sebelumnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Tokunaga & Rains (2010) bahwa terdapat tiga faktor yang dapat mempengaruhi kecanduan *game online* seseorang, salah satunya adalah *loneliness* (kesepian). Sejalan dengan itu, Wan & Chiou (2006 : 763) mengemukakan bahwa remaja kecanduan *game online* karena berbagai alasan, seperti kebutuhan psikologis, motivasi, hiburan, rekreasi, adanya pengalih perhatian dari kesepian, isolasi, dan kebosanan. K. Young (2009 : 359) juga mengemukakan bahwa faktor utama masalah kecanduan *game online* adalah pemain sering mengalami masalah dalam interaksi sosial dan merasa kesepian, seolah-olah mereka tidak pernah mengalami rasa kebersamaan di dunia nyata. Akibatnya, bermain *game online* mungkin menjadi pilihan individu sebagai cara untuk mengatasi kesepian yang mereka alami. Hasil penelitian tersebut mengemukakan bahwa terdapat pengaruh positif variabel kesepian terhadap kecenderungan *internet gaming disorder* pada pemain *battle royale game*. Artinya semakin tinggi kesepian yang dialami maka semakin tinggi pula kecenderungan kecanduan *game online*.

Hipotesis kedua dinyatakan diterima. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,001 dan nilai koefisien 0,345 atau 34,5%. Artinya terdapat pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di sebesar 34,5%. Hasil penelitian ini memperkuat penelitian Rohayati (2020 : 5) bahwa terdapat faktor eksternal dan faktor internal yang dapat menyebabkan terjadinya kecanduan *game online*. Kontrol diri yang rendah saat bermain *game online* merupakan salah satu faktor internal yang menyebabkan kecanduan *game*

online. Masyita (2016) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa ada pengaruh negatif kontrol diri terhadap kecanduan *game online*. Hal ini dapat diartikan apabila kontrol diri tinggi, maka kecenderungan kecanduan *game online* rendah. Kontrol diri yang rendah saat bermain *game online* merupakan salah satu faktor internal yang menyebabkan kecanduan *game online*. Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengatur, menolak, menahan, mengendalikan dan mengubah perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi serta membuat pertimbangan sebelum bertindak untuk tidak menyimpang dari nilai maupun harapan sosial dan dapat terbentuk karena adanya hukum atau peraturan yang mengikat diri agar perilaku yang diwujudkan bisa diatur sehingga tidak menimbulkan dampak yang negatif. Kontrol diri yang rendah akan menyebabkan seseorang kehilangan kendali atas dirinya yang dapat mengakibatkan terjadinya hal-hal negatif seperti kecanduan *game online*. Jika seseorang memiliki kontrol diri yang rendah maka memungkinkannya untuk terus menerus bermain *game online* dan terjadilah kecanduan *game online* yang saat ini banyak dialami oleh remaja.

Uji hipotesis ketiga dinyatakan diterima dikarenakan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti bahwa hipotesis secara bersama-sama diterima dengan nilai R Square sebesar 0,607 atau 60,7%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kesepian dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keterkaitan variabel kesepian dan kontrol diri terhadap kecanduan *game online* dapat disimpulkan memiliki hubungan yang cukup erat untuk saling memprediksi.

Bermain *game online* sendiri dipandang sebagai sarana hiburan untuk mengisi waktu luang pada remaja disela-sela waktu belajar. Akan tetapi dalam penggunaannya seperti yang telah diketahui bahwa banyak remaja saat ini yang mendapatkan dampak-dampak negatif dari *game online* karena kurangnya kontrol diri mereka. Selain itu, rasa kesepian atau hubungan sosial yang kurang baik juga dapat membuat para remaja mengalami kecanduan *game online*. Menurut Muhammad (2016 : 145) kesepian yang dialami para remaja merupakan salah satu penyebab dari berbagai perilaku negatif yang dilakukan remaja. Tidak terpenuhinya kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kesepian. Kebutuhan tersebut dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua dan teman selama masa remaja. Remaja yang mengalami kesepian akan terhambat kemampuannya untuk berkembang dengan baik dan melakukan kegiatan-kegiatan yang produktif. Remaja yang terlibat dalam perilaku-perilaku negatif artinya tidak dapat mengatasi kesepian mereka dengan cara yang sehat, sehingga mereka mencari penyelesaian dalam perilaku yang tidak pantas yang dapat membahayakan diri mereka sendiri dan orang lain. Salah satu yang dilakukan pararemajanya dalam mengatasi rasa kesepian adalah dengan bermain *game* terus-menerus hingga lupa waktu yang mengakibatkannya mengalami kecanduan *game online*. Kustiawan & Utomo, (2019 : 11) dalam bukunya menyatakan *game online* dapat menyebabkan adiksi atau kecanduan yang kuat, mendorong hal-hal negatif, berbicara kasar dan kotor (biasanya pemain *game online* mengucapkan kata-kata kotor dan kasar saat bermain), mengabaikan aktivitas di dunia nyata (misalnya mengabaikan waktu ibadah, sekolah, tugas

kuliah, atau bekerja karena bermain *game* atau memikirkannya), waktu makan menjadi tidak teratur dan waktu istirahat berkurang, buang-buang uang untuk membayar sewa komputer di warnet dan membeli poin atau karakter yang terkadang nilainya bisa mencapai jutaan rupiah.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh loneliness terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci. Semakin tinggi rasa kesepian yang dialami individu maka semakin tinggi pula tingkat kecanduan *game online*.

2. Terdapat pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl Kerinci. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin rendah tingkat kecanduan *game online*.

3. Terdapat pengaruh antara kesepian dan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN1 Pkl. Kerinci

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti memiliki saran untuk berbagai pihak yaitu :

1. Bagi Subjek : Hasil penelitian ini dapat memberikan inspirasi bagi subjek penelitian agar dapat memiliki kontrol diri yang tinggi agar tidak menimbulkan terjadinya kecanduan *game online* yang berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Orang Tua : hasil penelitian ini dapat membantu para orang tua untuk memperhatikan kegiatan dan perilaku sehari-hari para remaja serta mengawasi mereka dalam penggunaan *game online*, waktu yang dihabiskan untuk bermain, dan kondisi kesepian yang dialaminya agar tidak terjadi kecanduan *game online*.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya : Hasil penelitian ini juga dapat memberikan inspirasi bagi penelitian selanjutnya mengenai *loneliness*, kontrol diri, dan kecanduan *game online*.

DAFTAR PUSAKA

- Alexander, B. K. (2010). *The globalization of addiction: A study in poverty of the spirit*. New York: Oxford University Press.
- Andaryani, nD., & M.M.W, Tairas.n (2013). Perbedaan Tingkat Self Control padanRemaja Perempuan yang Kecanduan Internet.nJurnal Psikologi Pendidkan dan Perkembangan, Vol.2, No.3,206-214
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Edisi kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Baron, R.A., Byrne, D. (2005) . *Sosial Psychology*. Jilid 2. Edisi Kesepuluh. Alih Bahasa : Ratna Djuwita. Jakarta : Erlangga.
- Baumeister, R. F., & Boden, M. J. (1998). *Aggression and The Self : High Self-Esteem, Low Self-Control, and Ego Threat*. Case Western Reserve University.
- Charlton, J. P., & Danforth, I, D, W,. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of *online game* playing. *Computers in Human Behavior*, 23, 1531-1548.
- CHIN-SHENG WAN, M. ,.-B. (2006). Why are adolescents addicted to *online gaming* ? an interview study in taiwan. *Cyberpsychology & Behavior* , Volume 9, Number 6,.
- Chiou, W.B. dan Wan, S.C. (2006). Why Are Adolescents Addicted to *Online Gaming*?. An Interview Study in Taiwan. *Journal of Cyber Psychology & Behavior*. Vol. 9. No. 6.
- Dayakisni, Tri dan Hudabiah. (2003). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Detria (2013). *Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengurangi Kecanduan Game online*. Tesis. Tidak Diterbitkan. Bandung : UPI. Diakses dari <https://journal.unrika.ac.id> pada 21 Oktober 2020 pukul 22.00 WIB
- Ghufron & Risnawati. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Ghufron M. Nur, Rini Risnawati S. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar
- Ghufron, M., & Rini, R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Goleman, Daniel. (2005). *Kecerdasan Emosional Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Gufon, M.N., & Risnawati, Rini.(2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Gufron, M.Nur, Risnawati S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Gunarsa, S. D. (2006). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Kardefelt, D. (2017). Conceptualizing internet use disorders: Addiction or coping process? *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 71(7), 459–466.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). *Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment and prevention*. New York: Academic Press.
- Kustiawan, A. A., & Utomo, A. W. B. (2019). *Jangan Suka Game Online Pengaruh Game Online dan Tindakan Pencegahan*. Magetan : AE Media Grafika.
- Kustiawan, nA. A., & Utomo, A. W. B. (2019). *Jangan Suka Game Online Pengaruh Game Online dan Tindakan Pencegahan*. Magetan : AE Media Grafika.
- Lebho, M. A., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan *Game Online* Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), 202–212
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a *game* addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling*. Vol. , No.65-67
- Maulidiyah, “Gambaran Profile Kepribadian Pada Remaja Yang Kecanduan *Online*,” Eprints.Umm.Ac.Id, Mei (2012), <http://eprints.umm.ac.id/29967/2/jiptumpp-gdl-ummimasruf-29947-1- pendahul-n.pdf>
- Mulyana, O., & Puspita, S. (2018). Hubungan antara kontrol dirindengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. *JurnalnPsikologi*, 5, 1-5.
- Myers, D.G. (1999). *Social Psychology* (5th ed).NewYork: McGrew-Hill Companies, Inc
- Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan Kecanduan *Gameonline*dengan Prestasi Belajar Siswa Smp Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 163–171.
- Peplau, L. A, & Perlman, D. (1982). Theoretical approaches to *loneliness*. *Research Gate*, 123-133.
- Rohayati, E. D. (2020). Pendekatan Konseling Behaviour Dengan Teknik Self Control Untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik Di

- Sma N 1 Mesuji Timur. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 43(1), 7728
- Rokom. (2018). Rilis sehat : inilah dampak kecanduan *game online*. Sehat Negeriku Kemkes RI: <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20180706/4226605/inilah-dampak-kecanduan-game-online/>
- Russel, D. W (1996). UCLA *loneliness* scale (version 3): reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40
- Santrock, J.W. (2002). *Life-span development: Perkembangan masa hidup*. Edisi 13, Jilid 2. (Penerjemah: Widyasinta,B). Jakarta: Erlangga.
- Sari, S., Yusri, & Said, A. (2017). *Kontrol Diri Siswa dalam Belajar dan Persepsi*
- Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif : Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS Edisi Pertama*. Jakarta : Prenada Media Group.
- Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif : Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS Edisi Pertama*. Jakarta : Prenada Media Group.
- Sudaryono. (2017). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suryanto, Nico Rahmad. (2015). Dampak Positif dan Negatif Permainan *Game Online* Dikalangan Pelajar. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(2) hlm 11-12.
- Suryabrata & Sumadi (2009). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Suyasa. (2006). *Pengendalian Diri Pada Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Tangney, June. P, Baumeister, Roy. F, Boone, Angie. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Blackwell: Journal of Personality* 72; 2
- Taylor, S. E., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial (kedua belas ed.)*. Jakarta: Kencana.
- Weinstein, A.M (2010). Computer and video *game* addiction – a comparison between *game* users and non *game* users. *The American Jurnal of Drug and Alcohol Abuse*, 36,268-276
- Weiten & Lloyd. (2006). *Psychology Applied to Modern Life*. Cengage Learning
- Winsen Sanditaria, S. Y. (2012). Adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah di warung internet penyedia *game online* jatinangor sumedang. *Jurnal Unpad*.

- Yohanes Rikky Dwi Santoso, J. T. (2017). Hubungan kecanduan *game online* terhadap penyesuaian sosial pada remaja. Jurnal Humaniora Yayasan Bina Darma , Vol. IV, No. 1, , 027-044
- Young, K. (2009). Understanding *online* gaming addiction and treatment issues for adolescents. American Journal of Family Therapy, 37(5), 355–372.
- Young, K. S. (2009). Understanding *online* gaming addiction and treatment issues for adolescents. The American Journal of Family Therapy, 37, 355-372

Lampiran A
Data Responden

Data Responden			
N	X1 (Loneliness)	X2 (Kontrol Diri)	Y (Kecanduan Game Online)
N1	22	31	54
N2	30	39	59
N3	21	29	45
N4	15	18	40
N5	31	38	58
N6	26	33	46
N7	22	18	46
N8	27	38	63
N9	26	31	39
N10	27	36	56
N11	21	28	47
N12	19	39	34
N13	13	17	27
N14	21	29	53
N15	21	37	47
N16	30	35	50

N17	27	35	53
N18	36	47	76
N19	23	34	57
N20	24	32	46
N21	29	38	57
N22	26	39	64
N23	12	18	29
N24	29	42	56
N25	24	42	28
N26	25	31	46
N27	12	48	29
N28	22	32	43
N29	23	33	49
N30	18	41	31
N31	23	32	41
N32	32	39	50
N33	19	34	45
N34	30	18	68
N35	28	41	60
N36	22	30	54
N37	22	33	50
N38	26	25	54

N39	23	33	55
N40	25	35	57
N41	34	48	71
N42	26	35	66
N43	31	48	71
N44	29	41	55
N45	29	41	57
N46	15	37	35
N47	25	34	53
N48	24	36	49
N49	17	44	45
N50	23	28	45
N51	32	43	64
N52	19	43	41
N53	18	42	35
N54	17	37	41
N55	25	34	48
N56	22	34	44
N57	24	35	48
N58	13	17	29
N59	26	35	56
N60	24	37	38

N61	33	42	68
N62	25	36	51
N63	24	34	45
N64	13	43	34
N65	14	18	31
N66	16	32	41
N67	26	37	51
N68	27	30	49
N69	22	34	49
N70	33	44	68
N71	33	42	66
N72	33	42	69
N73	33	44	67
N74	32	44	67
N75	32	44	69
N76	33	43	69
N77	33	44	70
N78	31	43	68
N79	32	43	68
N80	32	44	69
N81	33	43	70
N82	33	44	70

N83	33	42	68
N84	32	43	68
N85	33	42	67
N86	31	44	68
N87	33	43	67
N88	33	42	68
N89	33	42	67
N90	27	36	57

Lampiran B

Hasil Analisis Data

Kategorisasi Skala Kecanduan Game Online

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	12	13.3	13.3	13.3
	Sedang	41	45.6	45.6	58.9
	Tinggi	37	41.1	41.1	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

Kategorisasi Skala Loneliness

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	11	12.2	12.2	12.2
	Sedang	39	43.3	43.3	55.6
	Tinggi	40	44.4	44.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

Kategorisasi Skala Kontrol Diri

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	7	7.8	7.8	7.8
	Sedang	31	34.4	34.4	42.2
	Tinggi	52	57.8	57.8	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		90
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.3222222
	Std. Deviation	5.28279543
Most Extreme Differences	Absolute	.084
	Positive	.073
	Negative	-.084
Test Statistic		.084
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.154

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

2. Uji linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecanduan	Between	(Combined)	11678.256	22	530.830	5.939	.000
Game Online	Groups	Linearity	9762.635	1	9762.635	109.218	.000
*Loneliness		Deviation from Linearity	1915.621	21	91.220	1.021	.453
		Within Groups		5988.900	67	89.387	
	Total		17667.156	89			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecanduan	Between Groups	(Combined)	6615.605	20	330.780	2.065	.014
Game Online		Linearity	4750.808	1	4750.808	29.662	.000
* Kontrol Diri		Deviation from Linearity	1864.797	19	98.147	.613	.884
Within Groups			11051.551	69	160.167		
Total			17667.156	89			

3. Uji Multikolinieritas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	23.454	4.871		.093	.926		
	Kesepian	.564	.158	.685	9.889	.000	.941	1.063
	Kontrol Diri	-.345	.158	-.241	-3.481	.001	.941	1.063

a. Dependent Variable: Kecanduan Game Online

4. Uji Hipotesis

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.779 ^a	.607	.598	8.930

a. Predictors: (Constant), Kontrol Diri, Kesepian