**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**



*Oleh :*

*Zickler Jordan Ginting*

*16081301*

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

**YOGYAKARTA**

**2021**

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND ADDICTION TO ONLINE GAMES IN STUDENTS***

**Zickler Jordan Ginting**

UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA

Zickler.jordan95@gmail.com

0822-4243-4030

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Kontrol diri dengan Kecanduan *Game online* pada Mahasiswa. Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan pada 80 mahasiswa bermain *game online* 3-4 jam per hari dan berusia 18-25 tahun. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kontrol diri dan skala *kecanduan game* online, metode analisis dalam penelitian menggunakan metode analisis korelasi *product moment* dari *karl pearson*. Hasil analisis data diperoleh hasil korelasi r = -0,425 dengan taraf signifikansi 0,000 (p<0.001) yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*. Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyatakan bahwa hipotesis diterima. Variabel kontrol diri dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 18,1% sedangkan sumbangan efektif sebesar 81,9% disumbangkan oleh faktor lain diantaranya Faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* sebagai berikut: keinginan yang kuat untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya, rasa bosan. Faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online*, yaitu lingkungan yang kurang terkontrol, kurang memiliki hubungan sosial yang baik dalam kontrol diri yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Kontrol diri, Kecanduan *Game online* dan Mahasiswa

*Abstrack*

*This study aims to determine the relationship between Self-Control and Addiction To Online Games in Students. The hypothesis propossed in this study is that there negative relationship between self-control and addiction to online games in students. This research subject 80 students with a playing online games 3-4 hours a day and aged 18-25 years. The data collection method in this study used the scale of self-control and the scale of online gaming addiction, the analysis method in the study using the product moment correlation analysis method from karl pearson. The result of data analysis obtained correlation result r = -0.425 with significance level of 0.000 (p<0.001) These results indicate that there is a negative relationship between self-control and online gaming addiction. Based on the results of the study, the researchers stated that the hypothesis is accepted. Self-control variables in this study contributed effectively by 18.1% while effective donations of 81.9% were contributed by other factors including internal factors that cause addiction to online games as follows: a strong desire to obtain high value in online games, inability to set priorities to do other important activities, boredom. External factors that cause addiction to online gaming, namely a less controlled environment, lack of good social relationships in self-control were not involved in this study.*

*Keywords : Self Control, Addiction Games online and Student*

**PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi yang ada saat ini internet menjadi salah satu yang paling menonjol dan berkaitan erat dengan teknologi. Berdasarkan Survei terbaru yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018, menyebutkan pengguna internet aktif tahun 2018 sekitar 28.8% dari total populasi Indonesia. Berdasarkan data pengguna internet aktif pada tahun 2018, diperkirakan pemain game online di Indonesia berkisar 5.7% dari total pengguna internet (APJII, 2018). Berdasarkan hasil survey APJII (2018) juga menunjukkan 91% penduduk berusia 15-19 tahun 2018 menggunakan internet dan sebanyak 88.5% penduduk berusia 20-24 tahun. Sebanyak 19.6% dari populasi Indonesia menggunakan internet lebih dari 8 jam ke atas. Angka-angka statistik tersebut dianggap cukup fantastis untuk menggambarkan pesatnya perkembangan internet di Indonesia dan menunjukkan bahwa cukup penting untuk mendapat perhatian terkait munculnya potensi permasalahan bagi pengguna internet yang mayoritasnya merupakan penduduk berusia muda dan produkti

Mahasiswa merupakan bagian dari remaja akhir dan dewasa awal yang berumur 18-25 tahun, Menurut Erik Erikson (dalam Hurlock, 1980) identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat dengan berbagai cara. Pada saat ini Mahasiswa ( pelajar) sendiri mudah terpengaruh adanya hal hal yang baru, umumnya mereka terpengaruh dari pergaulan, teman-teman dari pergaulan tersebut yang mencoba mempengaruhi pelajar tersebut untuk bermain *game online*. Masya (2016). Pada saat ini *game online* cepat menjadi hiburan yang popular untuk segala usia. Hal ini menjadi sumber reguler hiburan global, menyebar dalam hubungannya dengan peningkatan konstan akses internet. Fenomena yang sama juga terjadi di Indonesia, menyusul peningkatan akses internet. *Game online* dapat dimainkan di komputer, perangkat genggam, atau konsol *video game*. (Jap, Tiatri, Jaya, & Suteja, 2013).

Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih di kenal dengan *internet addictive disorder.* Young (dalam Aziz, 2011) bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *computer game addiction* (berlebihan dalam bermain *game online*). Kecanduang *game online* menjadi aktivitas yang paling adiktif di internet. Kecanduan *game online* adalah perilaku yang bersifat kronis dan konfulsif untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan dengan koneksi internet hingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Permasalahan yang timbul sifatnya merugikan diri sendiri, meskipun demikian tidak membuat pemain berusaha untuk menghentikan atau mengurangi aktivitasnya bermain *game online* karena merasa sulit untuk keluar atau berhenti memainkan *game online* (Pratiwi, Dkk 2012). Jadi, bagi para pecandu *game online* akan sulit mengontrol atau mengendalikan dirinya dan berhenti atau setidaknya mengurangi waktu dan kuantitas bermain game online.

Menurut Jap, Tiatri, Jaya, & Suteja (2013) *Game online* saat ini selain menjadi sumber hiburan *game online* memiliki potensi masalah. Berita mengenai sisi negatifnya *game online* seharusnya tidak asing lagi. Ada berita yang dilaporkan di Indonesia mengenai anak-anak dan remaja yang mencuri karena kekurangan uang untuk bermain game di warnet. Masalah dari penggunaan *game online* telah menyebabkan menteri kesehatan Indonesia untuk mengungkapkan keprihatinannya secara terbuka mengenai popularitas *game online* di kalangan anak-anak. Kecanduan *game online* merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang menghabiskan banyak waktu sehingga individu tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya (Yee, 2006).

Salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa sulit menghentikan kecanduan dalam bermain *game online* adalah ketidak mampuan untuk mengontrol diri. Dalam penelitian ini peneliti memilih salah satu faktor kecanduan ditinjau dari game yaitu kurangnya kontrol diri bagi pemain yang kecanduan *game online* dikarenakan kontrol diri sangat diperlukan khususnya bagi mahasiswa lebih memprioritaskan sistem akademik perkuliahan ( Tresna, 2018). Mahasiswa pada saat ini lebih memilih bermain *game online* untuk menghilangkan rasa bosan, sehingga salah satu faktor penyebab dari kecanduan *game online* adalah *lack of control* atau ketidakmampuan mengontrol diri. Kontrol diri merupakan pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku ini bermakna untuk melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum bertindak dan memutuskan sesuatu. Semakin tinggi control diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku. Pengguna *game online* yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan dapat mengarahkan dan memandu perilakunya terhadap internet, sehingga tidak tenggelam dan akan menggunakan internet dan aktifitas internetnya dengan wajar (Ghufron dan Risnawati, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian dari Jap, Dkk (2013) kecanduan *game online* didiagnosis pada siswa di Indonesia, perkiraan kasus kecanduan *game online* (10.15%) di kalangan siswa sekolah Indonesia yang saat ini *game online* cukup mengkhawatirkan sebagai perbandingan. Korea diperkirakan 2,4% kasus kecanduan permainan dan 10,2% 'batas' kasus di antara populasi berusia 9 sampai 39 tahun, kasus kecanduan internet. Pada pandangan pertama, perkiraan persentase kasus kecanduan *game online* Indonesia sebanding dengan negara lain. Namun, perlu dicatat bahwa data Indonesia sangat spesifik untuk *game online*, sedangkan data dari negara lain memiliki ruang lingkup yang lebih luas. Oleh karena itu, Indonesia memiliki perkiraan prevalensi yang sebanding dengan negara lain, namun lebih spesifik sifatnya. Hal ini mungkin menyampaikan bahwa Indonesia memiliki kecanduan *game online* yang lebih besar dibandingkan dengan negara lain

Tujuan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka cenderung semakin rendah kecanduan *game online* pada mahasiswa sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka cenderung semakin tinggi kecanduan *game online* pada mahasiwa.

**METODE**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Skala. Metode skala adalah suatu suatu metode penyelidikan dengan menggunakan daftar pertanyaan yang berisi aspek-aspek yang hendak diukur, yang harus dijawab atau dikerjakan oleh orang-orang yang menjadi subjek penelitian ( Suryabrata, 2002).

Menurut Azwar (2014), alasan menggunakan metode skala adalah : a) Stimulus pada metode skala berupa pertanyaan/ pernyataan yang secara tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur yang merupakan indicator perilaku dari atribut yang bersangkutan. Hal ini berarti meskipun subjek yang diukur memehami pertanyaan/ pernyataan yang diajukan, sehingga jawaban yang diberikan tergantung dari interpretasi subjek terhadap pertanyaan. b)Jawaban subjek terhadap suatu aitem baru merupakan sebagian dari banyak indikasi mengenai atribut yang diukur, sedangkan kesiapan akhir sebagai suatu diagnosis dapat tercapai bila semua aitem telah direspon. c) Respon subjek tidak diklasifikasi sebagai jawaban benar / salah, semua jawaban dapat diterima sepanjang dijawab secara jujur dan sungguh – sungguh.

Penyusunan skala dalam penelitian yang dilibatkan ini adalah alat ukur psikologi yang berupa model skala Likert. Skala Likert adalah skala yang dalam menjawab pernyataan subjek diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidak sesuaian terhadap isi pernyataan (Azwar, 2014) skala psikologis yang digunakan terbagi menjadi dua yaitu skala Kecanduan *game online* dengan skala kontrol diri.

Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan *software* pengolah data statistic. Metode analisis data dilakun dengan tujuan agar hasil penelitian yang masih berupa data kasar menjadi lebih mudah untuk dibaca dan diinterpretasikan. untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa kemudian menguji taraf signifikansinya dari mencari sumbangan efektif predictor. Peneliti menggunakan teknik analisis *product moment* dari *karl pearson* ini karena analisis korelasi sesuai untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara dua variable (Azwar, 2014). Program analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) *version* 23. Sebelum dilakukan analisis tersebut dilakukan terlebih dahulu uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu adanyaa hubungan negative antara Kontrol diri dengan kecanduan *game online*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

 Data hasil penelitian dianalisis menggunakan teknik korelasi product moment dari karl pearson menguji hipotesis. Sebelum dilakukan analisis korelasi product moment untuk menguji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas ( Hadi, 2000 ).

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui apakah masing-masing variable mempunyai sebaran yang normal. Uji normalitas ini menggunakan analisis model Kolmogrov Smirnov ( KS-Z ). Pedoman yang digunakan dalam penelitian ini adalah jika p > 0,050 maka sebaran data normal dan sebaliknya jika p < 0,050 maka sebaran data tidak normal. Berdasarkan hasil uji normalitas untuk Kecanduan *game online* diperoleh nilai KS-Z = 0,078 dengan nilaii p = 0,200 berarti sebaran data variable Kecanduan *game online* terdistribusi normal. Data Kontrol diri memperoleh KS-Z = 0,108 dengan p = 0,023 berarti sebaran data variable Kontrol diri tidak mengikuti sebaran data yang normal, pada saat melakukan penelitian ini sangat memerlukan kehati-hatian dalam menggeneralisasikanya pada subjek penelitian, karena hasil yang didapatkan kemungkinan hanya ditemukan pada subjek yang digunakan dalam penelitian ini saja. Namun, menurut Gani dan Amalia (2015) apabila jumlah subjek diatas 30 ( N ≥ 30 ), maka data tetap terdistribusi normal. Dengan demikian , variabel Kualitas Produk dapat digunakan ke langkah berikutnya, yaitu uji linieritas dan uji hipotesis karena jumlah subjek dalam penelitian ini adalah N = 80 ( N ≥ 30 ).

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah kedua variable yang akan dikenai prosedur analisis statistic korelasional menunjukkan hubungan yang linear. Uji linearitas biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi. Kaidah untuk uji hipotesis ini adalah apabila diperoleh p < 0,050 maka hubungan antara variable bebas dan terikat merupakan hubungan yang linier dan sebaliknya jika p ≥ 0,050 maka hubungan antara variable bebas dan terikat bukan merupakan hubungan yang linier. Dalam ini menggunakan test of linearity, hasil yang diperoleh yaitu variable Kecanduan *game online* dengan variable Kontrol diri mempunyai hubungan yang linear hal ini ditunjukkan dengan diperolehnya nilai F sebesar F = 18,312 dengan p = 0,000

c. Uji Hipotesis

Data yang diproleh selanjutnya dianalisis untuk menguji hipotesis yang digunakan. Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment diproleh koefisien korelasi antara Kontrol diri dengan Kecanduan *game online* pada mahasiswa sebesar (rxy) = -0,425 dan p = 0,000 (p < 0,01) hal ini menunjukkan bahwa ada korelasi Negatif yang signifikan antara Kontrol diri dengan Kecanduan *Game online* pada mahasiswa sehingga hipotesis ini diterima.

Dari hasil analisa diperoleh R square sebesar 0,181 menunjukkan bahwa variable Kontrol diri mempunyai kontribusi sebesar 18,1 % artinya kontrol diri pada mahasiswa sangat mempengaruhi kecanduan *game online*. Oleh sebab itu kontrol diri pada mahasiswa memberikan sumbangan yang cukup besar pada kecanduan *game online* pada mahasiswa sebesar 18,1%. Sehingga dapat diasumsikan bahwa sumbangan variable lain sebesar 81,9% yang tidak dapat dilibatkan dalam penelitian ini.

Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan negative antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa dengan demikian Artinya semakin tinggi kontrol diri maka cenderung semakin rendah kecanduan *game online* pada mahasiswa sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka cenderung semakin tinggi kecanduan *game online* pada mahasiwa. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang turut menentukan kecanduan *game online* pada mahasiswa.

Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi tentunya akan mampu mengontrol perilakunya dengan cara menunda kepuasannya agar dapat mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat. Selain itu, mahasiswa juga akan mampu mengontrol kognitifnya dengan melakukan pertimbangan secara objektif maupun memberikan penilaian secara subjektif, sehingga dalam pengambilan keputusan, seorang mahasiswa akan memilih hasil atau tindakan yang diyakini lebih bermanfaat atau positif. (Ghufron & Risnawati, 2010).

Mahasiswa mampu mengontrol kognitifnya dengan melakukan pertimbangan dan penilaian secara objektif. Mahasiswa yang mempunyai kontrol kognitif yang baik akan mampu memberikan sebuah penilaian. Penilaian tersebut untuk menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dari segi positif maupun negative. Ketika mahasiswa bermain *game online* secara berebihan maka mahasiswa mapu menilai hal tersebut termasuk positif atau negative. mahsiswa yang mempunyai kontrol kogtitif yang tinggi mampu menilai bahwa bermain *game online* secara berlebihan akan berdampak negative. Sedangkan mahasiswa yang mempunyai kontrol kognitif yang rendah, akan melihat bahwa bermain *game online* merupan perilaku yang menyenangkan. Individu mampu menilai suatu keadaan dari segi positif atau negative sehingga individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan (Ghufron & Risnawati, 2010).

Mahasiswa yang mempunyai kontrol kepuasan yang baik akan mampu mengatur dalam penggunaan bermain *game online*. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengambil keputusan yang tepat ketika bermain *game online*, sehingga tidak tenggelam dalam bermain *game online* berlebihan. Selain itu, mahasiswa juga lebih mampu memadukan aktifitas *game online* dengan aktifitas-aktifitas yang lainnya dalam kehidupan serta lebih mengutamakan belajar daripada hanya sekedar untuk bermain *game online*. Sebaliknya mahasiswa yang mempunyai kontrol keputusan yang rendah, akan terbawa dalam kesenangan bermain *game online* yang mengakibatkan mahasiswa berlebih dalam bermain *game online*. Mengontrol keputusan akan membawa seseorang untuk memilih hasil yang suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakininya (Ghufron & Risnawati, 2010).

Seseorang yang memiliki kontrol diri yang baik, yaitu mampu mengontrol perilaku dengan cara menunda kepuasanya agar dapat mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat, memiliki pertimbangan secara objektif dan memberikan penilaian secara subjektif dengan demikian seorang yang memiliki kontrol diri yang baik maka tidak akan mudah mengalami kecanduan shusunya terhadap *game online* (Puspita dan Mulyana, 2018). Mahasiwa yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengatur pengguanaan bermain *game online* sehingga tidak tenggelam dalam bermain *game online* yang berlebihan. Selain itu, mahasiwa juga lebih mampu memadukan aktivitas *online* dengan aktivitas-aktivitas lain dalam kehidupan serta lebih mengutamakan pekerjaan daripada hanya sekedar untuk bermain *game online*.

Sebaliknya, mahasiwa dengan kontrol diri rendah tidak mampu mengatur dalam bermain *game online*. Kontrol diri rendah menimbulkan perhatian hanya tertuju untuk bermain *game online*. Hal ini mengakibatkan mahasiswa menjadi tidak mampu mengontrol perilakunya, kurang memiliki pertimbangan yang objektif dan selalu berusaha untuk memenuhi kepuasannya dengan bermain *game online*, sehingga *game online* menyebabkan *loss of control and consequences* atau kehilangan kontrol diri untuk bermain *game online* yaitu mendahulukan bermain *game online* dari pada pekerjaannya (Wu dalam Setiaji & Virlia 2016).

Berdasarkan hasil kategorisasi subjek diketahui bahwa subjek yang berada pada kategorisasi kecanduan *game online* yang tinggi dengan jumlah subjek sebanyak 11 subjek (13,75%), subjek pada kategorisasi kecanduan *game online* sedang dengan jumlah 64 subjek (80%), dan subjek yang berada pada kategorisasi kecanduan *game online* rendah dengan jumlah 5 subjek (6,25%). Sehingga hasil kategorisasi subjek berdasarkan skor skala kecanduan *game online* yang diperoleh subjek dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar subjek memiliki kecanduan *game online* yang cenderung sedang.

Berdasarkan hasil kategorisasi subjek diketahui bahwa subjek yang berada pada kategorisasi kontrol diri yang tinggi dengan jumlah subjek sebanyak 21 subjek (26,25%), subjek pada kategorisasi kontrol diri sedang dengan jumlah 57 subjek (71,25%), dan subjek yang berada pada kategorisasi kontrol diri rendah dengan jumlah 2 subjek (2,5%). Sehingga hasil kategorisasi subjek berdasarkan skor skala kontrol diri yang diperoleh subjek dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar subjek memiliki kontrol diri yang cenderung sedang.

Dari hasil penelitian skor tersebut menunjukkan bahwa dalam penelitian ini Sebagian besar subjek memiliki kecanduan *game online* yang sedang. Kategorisasi kontrol diri yang dimiliki mahasiswa menunjukkan bahwa Sebagian besar subjek memiliki kontrol diri yang sedang, hasil yang diperoleh dari kategorisasi ini sebanyak 57 subjek (71,25%) cenderung memiliki kontrol diri yang sedang sehingga hal tersebut menjadi salah satu faktor terjadinya kecanduan *game online* dan juga kecanduan *game online* yang sedang yaitu 64 subjek (80%).

Diketahui bahwa adanya hubungan negative antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa .Hasil analisis korelasi menunjukkan bobot sumbangan kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada mahasiswa sebanyak 18,1%. Hal ini memberikan penjelasan bahwa variable kontrol diri memberikan sunmbangan yang besar terhadap kecanduan *game online*. Lalu, diketahui masih terdapat 81,9% faktor lain yang turut mempengaruhi kecanduan *game online*, sehingga kecanduan *game online* tidak mutlak dipengaruhi oleh kontrol dirk arena masih ada variabel lain seperti faktor eksternal dan internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online*. Faktor-faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* sebagai berikut: keinginan yang kuat untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya, rasa bosan. Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online*, yaitu lingkungan yang kurang terkontrol, kurang memiliki hubungan sosiakl yang baik ( Detria, 2013).

**KESIMPULAN**

 Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan antara Kontrol diri dengan Kecanduan *Game Online* pada mahasiswa maka kontribusi kontrol diri terhadap kecanduan *game online* sebesar 0.181, hal ini menunj kkan bahwa kontribusi kontrol diri dengan kecanduan *game online* sebesar 18,1% yang berarti kontrol diri mempengaruhi kecanduan *game online* dan dapat diamsumsikan bahwa sumbangan variable lain sebesar 81,9% yang tidak dapat dilibatkan dalam penelitian ini.

Dapat disimpulkan penelitian tentang Hubungan antara Kontrol diri dengan Kecanduan *Game online* Pada Mahasiswa terdapat hubungan yang negative antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* mahasiswa, Artinya semakin tinggi kontrol diri maka cenderung semakin rendah kecanduan *game online* pada mahasiswa sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka cenderung semakin tinggi kecanduan *game online* pada mahasiwa. Dapat disimpulkan bahawa kontrol diri mempunyai hubungan negative yang signifikan dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa sehingga hipotesis ini diterima.

**DAFTAR PUSTAKA**

APJII,Asosiasi penyelenggaraan jasa internet Indonesia. (2018). INFOGRAFIS: Hasil survey 2018. *Bulletin APJII,5, 1-51.* Diakses tanggal 26 november 2019 pukul 08.00. Diambil dari @apiji.or.id

Azis, Ragil. (2011). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Self Esteem Remaja Gamers di Kecamata Lowokwaru Kota Malang. Skripsi*. Fakultas Psikologi,* Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang.

Azwar, S. (2012). Metode Penelitian. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2012). Reliablitas dan Validitas. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Azwar,S. (2014). Penyusunan skala Psikologis. Yogyakarta:Pustaka pelajar Offset.

Brian, D. & Hastings, P. W. (2005). Addiction to the internet and online gaming. Cyber Psychology & Behaviour, 8, (2). 110-114.

Ghufron, M Nur, Rini Risnawita S. 2010. *Teori-teori Psikologi*.Yogyakarta : Ar- Ruzz Media.

Hurlock,E.B, (1980). Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima. Erlangga, Jakarta.

Jap, Tjibeng., Dkk. (2013).The *Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire.* *Science, Technology, and Society (STS).* 8(4), 1-5.

Masya, H. Dian, A, C. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pda peserta didik kelas x di madrasah Alya Alfurqon Prabumulih tahun pelajaran 2015/2016. *Jurnal bimbingan dan konseling.*03(1), 153-169.

Pratiwi, Pradipta,Christy.,dkk.(2012). Perilaku Adiksi Game-online Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja di Surakarta. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Empati*. 5(1), 1-15.

Setiaji, S & Virlia, S. (2016). Hubungan kecanduan game online dan keterampilan sosial pada pemain game dewasa awal di Jakarta Barat, *Jurnal Psikologi Psibernetika,* 9(2), 93-101.

Sugiono. (2009). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R & D. Bandung : Alfabeta.

Suryabrata, S. (2002). Psikologi Pendidikan. Raja Grafindo Persada : Jakarta.

Trisnani, R. P. & Wardani, S. Y. (2018). Peran konselor sebaya untuk mereduksi kecanduan game online pada anak. *Jurnal Sosiolog*, 2(2), 71-80.

Yee., (2006) *The Demographics, Motivations and Derived Experiences of Users of Massively-Multiuser Online Graphical Environments. PRESENCE: Teleoperators and Virtual* Environments, 15(1), 309-329.