

HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN PERILAKU KECANDUAN *GAME ONLINE* DIMASA PANDEMI PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMK TUNAS HARAPAN 2 MONDOKAN TAHUN PELAJARAN 2020/2021

Pebri Setiawan¹, Lydia Ersta Kusumaningtyas², A.R.Koesdyantho³

Universitas Slamet Riyadi

wokefebri@gmail.com

ABSTRAK

PEBRI SETIAWAN. HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN PERILAKU KECANDUAN *GAME ONLINE* DIMASA PANDEMI PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMK TUNAS HARAPAN 2 MONDOKAN TAHUN PELAJARAN 2020/ 2021. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Slamet Riyadi Surakarta, Maret 2021.

Penelitian ini bertujuan “Ada Tidaknya Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021”. Populasi yang diteliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Tunas Harapan Mondokan Sragen Tahun Pelajaran 2020/2021, yang berjumlah 140 siswa. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *Sampling jenuh*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode angket dan dokumentasi. Metode angket dipergunakan untuk mengumpulkan data dan metode dokumentasi dipergunakan untuk memperoleh data kegiatan selama penelitian dan data pendukung lainnya. Teknik analisis data dengan rumus r_{xy} . Berdasarkan analisis data yang dilakukan peneliti dengan r_{xy} dapat diperoleh kesimpulan bahwa ada Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021. Ini dibuktikan dengan $r_{hitung} = 0,271$, selanjutnya nilai r_{hitung} tersebut di konsultasikan dengan r_{tabel} product moment dengan $N = 140$ pada taraf signifikansi $5\% = 0,152$. Jadi dapat disimpulkan r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} atau $0,271 > 0,152$. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021” terbukti kebenarannya pada taraf signifikansi 5%.

Kata kunci : *Self control, Kecanduan Game Online.*

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu proses pembelajaran dan pelatihan yang diberikan kepada anak-anak, remaja baik yang berada di lingkup sekolah maupun yang berada di lingkup kampus dengan tujuan dapat menambah pengetahuan dan mengembangkan ketrampilan yang dimiliki (Saidah, 2016).

Menurut Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1(1) pendidikan adalah sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya di masyarakat, bangsa dan Negara.

Berdasarkan penjelasan Undang-Undang diatas diharapkan para peserta didik dapat mengembangkan kemampuan atau potensi yang mereka miliki dimasa yang akan datang dengan lebih baik. Maka dari itu guru sekolah maupun guru Bimbingan Konseling dapat memberikan arahan terhadap peserta didik guna menjadi individu yang berkarakter dan berkualitas di era globalisasi ini. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di zaman modern ini, berkembang sangat cepat dan pesat. Hal ini memudahkan manusia dalam berinteraksi satu sama lain. Salah satu teknologi yang sangat menyita perhatian masyarakat yaitu internet (Muhibbin Syah, 2016).

Perkembangan teknologi Smartphone atau industri ponsel pintar yang sering kita sebut sebagai gadget berkembang dengan cepat diseluruh dunia termasuk di Indonesia. Dimana berbagai fitur yang dapat kita akses dengan mudah dan cepat, salah satunya sebagai hiburan atau bermain yang sering kita sebut *game*

online. Didalam jaringan internet terdapat banyak sekali berbagai macam aplikasi yang dapat digunakan oleh semua orang, yang pada saat ini aplikasi *game online* yang sangat banyak digandrungi oleh para kalangan remaja bahkan anak-anak terutama dimasa pandemic seperti ini. *Game online* merupakan aplikasi permainan yang membutuhkan jaringan internet, dalam *game online* terdapat berbagai jenis permainan yang sering dimainkan antara lain PUBG, Mobile Legend, COC dsb (Muhibbin Syah, 2016).

Penggunaan layanan internet yang paling sering diakses antara lain e-mail, Facebook, Instagram, Browsing dan 44% layanan internet digunakan untuk *game online*. Dimana pada masa pandemic seperti ini tingkat gamer di dunia tahun 2020 ini meningkat mencapai 75% atau 3,5 miliar orang. Khususnya diIndonesia pada tahun 2020 ini mencapai kisaran 100 juta pengguna. Dengan mudahnya mengakses *game online* ini membuat para pengguna khususnya kalangan anak sekolah dapat memainkan permainan *game online* kapan saja dan dimana saja tanpa mengenal waktu.

Adanya perkembangan jaringan internet yang sangat cepat dan pesat ini membawa pengaruh buruk pada prestasi belajar pada peserta didik, hal ini disebabkan karena permainan *game online* ini mempunyai sifat adiktif atau memberikan efek kecanduan bagi pengguna *game online*. Pada kalangan anak sekolah yang sangat mudah terpengaruh dampak *game online* ini menyebabkan waktu yang seharusnya mereka gunakan untuk istirahat, bermain atau bahkan belajar dapat terganggu, demi digunakan untuk bermain *game online*. Ketergantungan dalam bermain *game online* ini dapat memberikan dampak negative yang tidak terduga seperti membolos sekolah, tidak mengerjakan tugas bahkan dapat terjadi mencuri uang guna membeli game baru karena mereka akan merasa tidak tenang jika tidak dapat

mengakses game terbaru (Tri Risqi Ariantoro, 2016).

Kecanduan *game online* akan menyebabkan dampak negative terhadap psikologis seseorang dampak dalam pengontrolan diri (*self control*) sangat terlihat, diantaranya bersikap acuh dan tak peduli dengan lingkungan, menurunnya tingkat konsentrasi dalam belajar, dan bahkan mereka akan melakukan segala hal guna dapat bermain *game online*. Kebiasaan dalam berkomunikasi dan berinteraksi secara langsung pun akan tergantikan oleh interaksi melalui jaringan internet atau dunia maya, hal ini disebabkan karena terlalu seringnya dalam bermain game online lupa akan dunia nyata (Tri Risqi Ariantoro, 2016).

Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku". Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak". Sehingga, kontrol diri dapat dimaknai sebagai aktivitas mengendalikan perilaku dengan cara melakukan berbagai pertimbangan terlebih dahulu (Ghufron dan Risnawita, 2016).

Hubungan *Self control* terhadap kecanduan *game online* diperkuat dalam penelitian Puspita & Mulyana (2018) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan negative antara kontrol diri dengan kecanduan game online. Pada penelitian yang dilakukan oleh Maysita (2016) juga menyatakan bahwa terdapat pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan game online sebesar 19,4%. Dan penelitian oleh Santoso dan Purnomo (2017) bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara kecanduan game online, dengan penyesuaian sosial pada remaja.

Pada masa pandemic ini terdapat laporan adanya peningkatan penggunaan game online. Hal ini dibuktikan dengan adanya laporan dari guru BK SMK Tunas Harapan 2 Mondokan yang menyatakan bahwa banyaknya laporan dari orang tua

peserta didik tentang anak lebih suka bermain game online dimasa pandemic dibandingkan dengan belajar. Selain itu, guru mata pelajaran di SMK Tunas Harapan 2 Mondokan mengeluhkan mengenai peserta didik yang telat mengumpulkan tugas dan lebih memilih untuk bermain game online dari pada mengerjakan tugas.

Berdasarkan hasil wawancara awal tanggal 4 Januari 2021 sampai dengan 8 Januari 2021 menunjukkan bahwa peserta didik kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Sragen Tahun Pelajaran 2020/2021 yang berjumlah 280 peserta didik dan dari data guru bimbingan konseling didapatkan bahwa banyaknya peserta didik bermain game online dimasa pandemic sebesar 50% yaitu ada 140 peserta didik, sedangkan ada juga yang memiliki *self control* yang rendah sebesar 25% yaitu berjumlah 70 peserta didik dan ada peserta didik yang tidak bermain game dan memiliki self control yang tinggi ada 25% yaitu 70 peserta didik.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecanduan *game online* antara lain kurangnya kontrol diri (*Self control*), rasa bosan dan pola asuh orang tua yang kurang tepat. Dari beberapa faktor diatas menurut (Gufon, 2014) *Self control* atau kontrol diri yang sangat berpengaruh terhadap pengendalian tingkah laku individu melalui pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu. Seseorang yang mempunyai kontrol diri positif akan mengontrol perilakunya dengan cara menunda kepuasannya guna mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat. Menurut Puspita (2018) seseorang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan menggunakan jaringan internet dalam bermain *game online*, akan digunakan secara bijak dan sesuai batasan waktu sehingga tidak menyebabkan seseorang kecanduan *game online*.

Berdasarkan data dan masalah yang telah dipaparkan diatas penulis akan melakukan penelitian terhadap seberapa

besar “Hubungan *Self Control* Dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021”, sehingga diharapkan dapat memberikan arahan akan pentingnya *Self control* kepada orang tua, tenaga pengajar maupun pelajar dimana kontrol diri menjadi salah satu penyebab terbesar terhadap terjadinya kecanduan *game online*.

Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas dan hasil identifikasi pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan terdapat masalah yang dapat diidentifikasi yaitu Ada 50% peserta didik kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Sragen masih Kecanduan *game online* sebesar 140 peserta didik.

Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dan agar pembahasan tidak meluas, maka peneliti memberikan batasan masalah yaitu “Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021”.

Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diajukan rumusan masalah sebagai berikut. Apakah Ada hubungan *self control* dengan perilaku kecanduan *game online* dimasa pandemi?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui . Ada tidaknya Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas

Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021”.

Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan akan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan tentang pengembangan ilmu pengetahuan utamanya yang berkaitan dengan *self control* dengan perilaku kecanduan *game online* .

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta didik

Diharapkan peserta didik dapat mengurani kecanduan dalam *game online* dimasa pandemi dengan baik sehingga peserta didik dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

b. Bagi Orang Tua

Diharapkan dengan adanya penelitian yang diselenggarakan, guru BK akan semakin dapat membantu orang tua dalam memberikan motivasi putra – putrinya dalam mengatur waktu belajar dan bermain *game online* dengan baik.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif pada sekolah dan ikut serta dalam rangka memajukan kualitas sekolah melalui pengembangan layanan-layanan Bimbingan Konseling dan teknik-teknik yang telah disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik untuk membantu membentuk pribadi peserta didik kearah yang lebih baik, maupun dalam rangka mencegah dan mengatasi permasalahan yang dialami oleh peserta didik.

Deskripsi Teori

1. Tinjauan Teori tentang Game Online

Game Online adalah sebuah permainan virtual yang dimainkan melalui jaringan internet. Game Online juga menawarkan fasilitas berkomunikasi dengan pemain lain di seluruh penjuru dunia baik melalui panggilan suara maupun pesan, sehingga menyebabkan ketergantungan yang berlebihan secara psikologis dan fisiologis terhadap media yang terkoneksi dengan internet yang meliputi : keasyikan ketika bermain game online , modifikasi suasana hati, aktivitas dikehidupan nyata mengalami penurunan, mengalami konflik, peningkatan penggunaan bermain game online. (Young & de Abreu, 2017). Kecanduan game online adalah salah satu kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet, menurut Walter kecanduan internet sama halnya dengan kecanduan judi, belanja yang kompulsif. Perkembangan game online dimasa Pandemi Covid-19 telah memaksa sebagian besar masyarakat beraktivitas dari rumah. Rasa bosan lalu menjadi musuh utama mereka dan kerap diatasi dengan berselancar di dunia maya dan media sosial via smartphone, termasuk bermain game online.

Hyper-Casual Gaming dari Adjust melaporkan pengunduhan aplikasi game seluler pada akhir Maret 2020 saja--beberapa pekan setelah status pandemi ditetapkan--sudah mengalami peningkatan sebesar 75 persen dibanding akhir Maret 2019. Selain itu, waktu bermain para pengguna game online juga mengalami peningkatan sebesar 47 persen

2. Tinjauan Teori Tentang *Self Control*

Menurut (Ghufron dan Risnawita 2016) menyatakan, "Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu

aktivitas pengendalian tingkah laku". Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak". Sehingga, kontrol diri dapat dimaknai sebagai aktivitas mengendalikan perilaku dengan cara melakukan berbagai pertimbangan terlebih dahulu.

Goldfried dan Merbaum (dalam Katz et.al., 2014) menjelaskan kontrol diri adalah sifat yang memungkinkan individu untuk secara sadar menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku berusaha mencapai tujuan yang positif. Pemaparan tersebut dapat dimaknai, individu dengan kemampuan kontrol diri yang baik dapat mencapai tujuan dalam kehidupannya. Tercapainya tujuan menunjukan bahwa individu tersebut memiliki kehidupan yang berkualitas dan terencana

Menurut Mahoney dan Thoresen (dalam Ghufron dan Risnawita, 2016), kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (integrative) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu kadang cenderung mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat pelakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersifat hangat, dan terbuka.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat diketahui bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah lakunya dengan tujuan membentuk individu ke arah positif sesuai dengan permintaan situasi sosial.

METODE PENELITIAN

Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian
Penelitian ini akan dilaksanakan di SMK Tunas Harapan 2 Mondokan.
2. Waktu Penelitian
Waktu Penelitian ini akan dilaksanakan Februari 2021

Bentuk dan Strategi Penelitian

Menurut Sugiyono (2017), penelitian korelasional merupakan tipe penelitian dengan karakteristik masalah berupa hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan ada atau tidaknya korelasi antar variabel atau membuat prediksi berdasarkan korelasi antar variabel. Tipe penelitian ini menekankan pada penentuan tingkat hubungan yang di dapat juga digunakan untuk melakukan prediksi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* dimasa Pandemi pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan”.

Populasi, Sampel, dan Sampling

1. Populasi
Sugiyono (2013) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” Sebagai populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan yang telah teridentifikasi dari hasil study awal mengalami kecanduan game online sejumlah 140 peserta didik.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2013: 118) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Sebagai pedoman pengambilan sampel, menurut Suharsimi Arikunto (2013: 134) apabila subyeknya kurang dari 100 orang lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitian merupakan sampel total, akan tetapi jika jumlah subyeknya lebih besar, dapat diambil antara 10% sampai dengan 15% atau 20% sampai dengan 25% atau lebih. Jadi sampel dalam penelitian ini yang digunakan sejumlah 140 peserta didik yang *kecanduan game online* kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan.

3. Sampling

Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan (Sugiyono, 2015:81). Untuk menentukan sampel yang digunakan dalam penelitian, teknik sampling pada dasarnya dikelompokkan menjadi dua yaitu *probability sampling* dan *nonprobability sampling*, diantaranya adalah:

- a) Probability sampling
 - 1) *Simple random sampling*
 - 2) *Proportionate stratified random sampling*
 - 3) *Disproportionate stratified random sampling*
 - 4) *Cluster sampling*
- b) Non probability sampling
 - 1) Sampling sistematis
 - 2) Sampling kuota
 - 3) Sampling insidental
 - 4) *Puposive sampling*
 - 5) Sampling jenuh
 - 6) *Snowball sampling*

Adapun teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah termasuk jenis *nonprobability sampling*, dan termasuk dalam jenis sampling jenuh. Dimana sampling

jenuh merupakan teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Variabel Penelitian

Pengertian variabel adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan. Hal ini sesuai dengan pendapat Suharsimi Arikunto (2013) mengatakan bahwa variabel adalah: "Objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian." Dalam penelitian ini terdapat dua macam variabel, yaitu:

1. Variabel bebas, dalam penelitian ini sebagai variabel bebas adalah Self Control (Control Diri)
2. Variabel terikat, yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat adalah Kecanduan Game Online.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, untuk mendapatkan data yang lebih tepat digunakan alat pengumpulan data berupa :

1. Metode Pokok

Angket

1) Pengertian angket

Menurut Sugiyono (2014:199) "Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya". Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mencari data dari narasumber dalam arti catatan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui kerukunan teman, atau hal-hal yang peneliti ketahui Saifuddin Azwar (2015:101).

Berdasarkan dua pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa angket adalah teknik pengumpulan data yang

berupa pertanyaan-pertanyaan atau pernyataan-pernyataan untuk di jawab oleh responden guna memperoleh atau mengali informasi atau data yang di perlukan terkait percaya diri siswa.

2) Tujuan Angket

Adapun tujuan penggunaan teknik angket dalam penelitian adalah sebagai berikut :

- a) Memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian.
- b) Memperoleh informasi mengenai suatu masalah secara serentak.

2. Metode Bantu

Dokumentasi

1) Pengertian Dokumentasi

Menurut Sudaryono (2018:219) dokumentasi adalah suatu laporan tertulis dari suatu peristiwa dalam sebuah penelitian yang isinya terdiri dari penjelasan terhadap peristiwa itu yang terjadi dan ditulis dengan sengaja untuk menyimpan atau merumuskan keterangan mengenai peristiwa tersebut, sehingga diperoleh data yang sesuai dengan obyek yang diteliti. Dokumentasi, berasal dari kata dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Didalam melaksanakan dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buk-buku, majalah, doumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya (Suharsimi Arikunto, 2013: 201)

Berdasarkan pengertian diatas maka dapat disimpulkan dokumentasi adalah sebuah teknik pengumpulan data dengan cara mendokumentasikan atau menyelidiki benda tertulis seperti dokumen, arsip penting dalam penelitian.

2) Kelemahan Dokumentasi

Adapun kelemahan dari teknik pengumpulan data melalui dokumentasi sebagai berikut :

- Format tidak baku, sesuai dengan keinginan penulis sehingga dapat mempersulit pengumpulan data, pengelompokan data.
- Tidak lengkap, pola dasar memang tidak untuk bahan penelitian sehingga apa yang ditulis mungkin tidak lengkap.
- Tersedia secara selektif, dokumen orang penting mungkin dapat diperoleh dan dapat dibaca, untuk orang biasa dapat tidak ada dokumen sama sekali.
- Bias, dokumen dapat ditulis secara berlebihan kadang-kadang tanpa fakta sehingga apabila dipakai sebagai acuan utama kurang mengena.

Uji Coba Instrumen

1. Uji Validitas

Uji validitas yang dilakukan dengan menggunakan aplikasi *SPSS (Statistical Package for the Social Sciens)* versi 16 melalui teknik korelasi *Product Moment*. Angket yang sudah dikerjakan responden, kemudian di uji validitasnya.

Suharsimi Arikunto (2018:80) menyatakan uji validitas merupakan suatu ukuran yang dapat menunjukkan tingkatan-tingkatan kevalidan atau keahlian dalam sebuah instrument. Pengukuran validitas item dalam penelitian menggunakan rumus sebagai berikut:

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

(Suharsimi Arikunto, 2018:87)

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = Jumlah sampel

X = Nilai total atribut

Y = Nilai dari variable

Perhitungannya menggunakan bantuan komputer program SPSS. Kriteria pengujiannya menggunakan tingkat signifikansi 5%. Apabila dari perhitungan masing-masing butir menghasilkan $p\text{-value} < 0,05$, maka butir instrumen tersebut valid. Sebaliknya apabila $p\text{-value} \geq 0,05$ maka butir instrumen tersebut tidak valid

2. Uji Reliabilitas

Untuk menguji reliabilitas item pernyataan menggunakan rumus *Korelasi Product Moment* dengan angka kasar yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2018: 87) sebagai berikut:

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

(Suharsimi Arikunto, 2013:87)

Teknik yang digunakan untuk mencari reliabilitas adalah teknik belah dua dengan menggunakan rumus *Korelasi Product Moment* Angka Kasar sebagai berikut :

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = Jumlah sampel

X = Nilai total atribut

Y = Nilai dari variabel

Kemudian dimasukkan ke dalam rumus Spearman-Brown sebagai berikut :

$$r_{11} = \frac{2r_{1/2}1/2}{1 + r_{1/2}1/2}$$

(Suharsimi Arikunto, 2018:107)

Keterangan:

r_{11} = koefisiensi reliabilitas yang sudah disesuaikan

$r_{1/2}1/2$ = korelasi antara skor-skor setiap belahan tes

Untuk mengetahui kriteria reliabilitas soal, maka hasil perhitungan r_{11} diatas kemudian dikonsultasikan dengan tabel interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 1.
Tabel Interpretasi Koefisien Korelasi

Besarnya Nilai	Interpretasi
0,800 sampai 1,00	Sangat tinggi
0,600 sampai 0,800	Tinggi
0,400 sampai 0,600	Cukup
0,200 sampai 0,400	Rendah
0,000 sampai 0,200	Sangat Rendah

Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2015:147), “Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul”. Dalam teknik analisis data untuk membuktikan hipotesis kerja (H_a) adanya hubungan antara self control dengan perilaku kecanduan game online dimasa pandemic pada peserta didik kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Plupuh Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021, menggunakan rumus Korelasi *Product Moment* Angka Kasar :

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

(Suharsimi Arikunto, 2018 : 349)

Keterangan:

- : Koefisien Korelasi antara X dan Y
- X : Jumlah nilai X (skor item)
- Y : Jumlah nilai Y (skor total)
- N : Jumlah Sampel
- $\sum X$: Jumlah skor item X
- $\sum Y$: Jumlah skor total Y
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor item X
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor item Y
- $\sum XY$: Jumlah perkalian item X dan Y

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

1. Deskripsi Data Variabel *Self Control*

Berdasarkan hasil tabulasi data angket tentang *self control* pada siswa Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021, diperoleh nilai tertinggi 191 dan nilai terendah 110, dengan nilai Mean = 155,44, Median = 155 Modus = 154; dan Standart Deviasi =14,47.

2. Deskripsi Data Hasil Angket Variabel Perilaku Kecanduan Game Online Dimasa Pandemi

Berdasarkan hasil tabulasi data angket tentang perilaku kecanduan *game online* dimasa pandemic Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021, diperoleh nilai tertinggi 139 dan nilai terendah 101, dengan nilai Mean = 119,89, Median = 119 Modus = 114 ;dan Standart Deviasi =7,73

Pengujian Hipotesis

Dari hasil uji analisis data yang dianalisis dengan menggunakan rxy product moment diperoleh hasil nilai r hitung sebesar 0,271 (Lihat lampiran) Selanjutnya nilai r hitung tersebut di konsultasikan dengan r_{tabel} product moment dengan N= 140 pada taraf signifikansi 5% = 0,152. Jadi dapat disimpulkan bahwa analisis data yang diperoleh r hitung lebih besar dari r tabel atau $0,271 > 0,152$.

Berdasarkan hasil analisis data diatas, dapat disimpulkan bahwa Hipotesis 0 atau nihil (H_0) yang menyatakan “Tidak Ada Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021” ditolak dan

Hipotesis Kerja atau alternative (Ha) yang diajukan menyatakan “Ada Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021” diterima kebenarannya, pada taraf signifikansi 5%.

Pembahasan Hasil Analisis Data

Berdasarkan hasil uji hipotesis di atas dapat diterima dengan baik, Hipotesis 0 atau nihil (Ho) yang menyatakan “Tidak Ada Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021” ditolak dan Hipotesis Kerja atau alternative (Ha) yang diajukan menyatakan “Ada Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/ 2021” diterima kebenarannya, pada taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian ini dapat dijelaskan bahwa *self control* memberikan pengaruh yang positif dalam menurunkan perilaku kecanduan game online.

Populasi dalam penelitian yaitu siswa-siswi kelas Kelas XI SMK Tunas Harapan Mondokan Sragen Tahun Pelajaran 2020/2021, dengan satu kelas diantaranya yakni kelas XI SMK Tunas Harapan sebagai kelas uji coba *tryout* angket dan kelas XI SMK Tunas Harapan dijadikan sebagai kelas penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021, sehingga dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan untuk bahan pertimbangan guru BK dan sekolah dalam mendidik dan lebih memperhatikan kegiatan yang dilakukan peserta didik selama di rumah di masa pandemi ini.

Berdasarkan hasil wawancara awal tanggal 4 Januari 2021 sampai dengan 8 Januari 2021 menunjukkan bahwa peserta didik kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Sragen Tahun Pelajaran 2020/ 2021 yang berjumlah 280 peserta didik dan dari data guru bimbingan konseling didapatkan bahwa banyaknya peserta didik bermain game online dimasa pandemic sebesar 50% yaitu ada 140 peserta didik, sedangkan ada juga yang memiliki *self control* yang rendah sebesar 25% yaitu berjumlah 70 peserta didik dan ada peserta didik yang tidak bermain game dan memiliki *self control* yang tinggi ada 25% yaitu 70 peserta didik.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecanduan *game online* antara lain kurangnya kontrol diri (*Self control*), rasa bosan dan pola asuh orang tua yang kurang tepat. Dari beberapa faktor diatas menurut (Gufron, 2014) *Self control* atau kontrol diri yang sangat berpengaruh terhadap pengendalian tingkah laku individu melalui pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu. Seseorang yang mempunyai kontrol diri positif akan mengontrol perilakunya dengan cara menunda kepuasannya guna mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat. Menurut Puspita (2017) seseorang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan menggunakan jaringan internet dalam bermain *game online*, akan digunakan secara bijak dan sesuai batasan waktu sehingga tidak menyebabkan seseorang kecanduan *game online*..

Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak kekurangannya, antaralain :

1. Keterbatasan dalam waktu, penelitian yang singkat, sehingga kurang maksimal dalam penggunaan berbagai macam metode untuk memperoleh data yang digunakan dalam penelitian ini.

2. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini hanya bersifat statistik, sehingga berdampak pada hasil analisis yang diperoleh dalam bentuk angka.
3. Dalam penelitian ini instrumen yang dipergunakan sangat sederhana dimungkinkan adanya kelemahan pada alat ukur atau instrumen penelitian sehingga hasilnya kurang maksimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data mengenai hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021 diperoleh nilai r hitung yaitu $r_{xy} > r$ tabel 5% $=0,271 > 0,152$. Dengan demikian Hipotesis Nul atau nihil (H_0) yang menyatakan bahwa “Tidak ada hubungan yang positif dan signifikan hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021” di tolak dan Hipotesis Kerja atau alternative (H_a) yang menyatakan “Terdapat hubungan yang positif dan signifikan hubungan *Self Control* dengan Perilaku Kecanduan *Game Online* Dimasa Pandemi Pada Peserta Didik Kelas XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021” diterima kebenarannya, pada r tabel 5% $=0,152$.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecanduan *game online* antara lain kurangnya kontrol diri (*Self control*), rasa bosan dan pola asuh orang tua yang kurang tepat. Dari beberapa faktor diatas menurut (Gufon, 2014) *Self control* atau kontrol diri yang sangat berpengaruh terhadap pengendalian tingkah laku individu melalui pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu. Seseorang yang mempunyai kontrol diri positif akan mengontrol perilakunya dengan cara

menunda kepuasannya guna mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat.

Saran

Adapun saran yang diajukan penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hendaknya guru bimbingan dan konseling memberikan layanan informasi dan pemahaman kepada peserta didik secara aktif, sehingga permasalahan yang dihadapi siswa khususnya mengenai kecanduan *game online* dapat diselesaikan dan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar serta aktivitas di sekolah dapat teratasi dengan baik.
2. Diharapkan bagi orang tua peserta didik agar dapat memberikan dukungan terhadap peserta didik di sekolah dengan mengawasi, memantau dan mendampingi putra-putrinya dalam upaya meningkatkan prestasi belajar peserta didik dan berperan aktif dalam pengentasan permasalahan kebiasaan bermain *game* dengan *self control* yang baik.
3. Untuk kepala sekolah supaya lebih memperhatikan terhadap siswa selama belajar di rumah di masa pandemi seperti ini, agar kegiatan yang positif siswa dapat tumbuh dengan baik dan siswa secara sadar dapat membiasakan sikap yang baik dan bisa mengontrol waktunya dalam bermain *game online*.
4. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan peneliti dapat terus menerus membantu guru-guru dan sekolah menemukan solusi perilaku kecanduan *game online* dimasa pandemi pada peserta didik khususnya XI SMK Tunas Harapan 2 Mondokan Tahun Pelajaran 2020/2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghufron, M. Nur., & Risnawita, Rini. S. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta.
- Sugiyono.2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sugiyono. 2015 . *Metode Penelitian Kuantitatif,Kualitatif Dan R&D*. Bandung :Alfabeta.
- Sugiyono.2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sudaryono. 2018. *Metodologi Penelitian*. Depok: Rajagrafindo Persada.
- Suharsimi. Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Saifuddin Azwar. 2015. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suharsimi. Arikunto. 2018. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Tri Rizqi Ariantoro, 2016, *Dampak Game Online Terhadap Prestasi Belajar, (JUTIM)*.
- Young, Kimberly S., & de Abreu, Cristiano Nabuco, 2017, *Kecanduaninternet*.Yogyakarta:Pustaka Pelajar