|  |  |
| --- | --- |
| **Hubungan *Self-Controol* dengan Intensitas Bermain *Game Online* Pada Siswa SMP PGRI Ngoro Mojokerto**  Fitri Auliya Nurul Izza1, Hazim2  1Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo  2 Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo  ***Co-*** ***Author***: fitriauliyaf30@gmail.com- 087777150358 | |
| ***Info Artikel***   * **Masuk :** tgl/bln/thn * **Revisi :** tgl/bln/thn * **Diterima :** tgl/bln/thn   ***Alamat Jurnal***   * <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/index>   https://ojs.uniska-bjm.ac.id/public/site/images/admin/cc_by5.png  Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia ***disseminated below*** <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> | ***Abstract (11pt, 1 space):*** *This study aims to determine the relationship of Self-control with the intensity of playing online games in SMP PGRI Ngoro students. The intensity of playing online games is the duration and frequency used to play online games. In reality, online game users are not a few students who are excessive in playing online games, this should be balanced with Self-control in each student to be able to restrain, regulate impulses, and behavior in order to avoid negative consequences due to excessive intensity of playing online games. This study used quantitative methods, with participants as many as 105 students who played online games at SMP PGRI Ngoro with an age range of 11-14 years. The hypothesis test shows that there is a significant and negative relationship between the Self-control variable and the intensity variable of playing online games. This means that the higher the Self-control, the lower the intensity of playing online games. Vice versa, the lower the Self-control, the higher the intensity of playing online games.*  ***Keywords:*** *Self-Control; Intensity Of Playing Online Games; Students* |

**PENDAHULUAN**

Pada zaman selkarang intelrnelt sangatlah muldah diaksels ollelh sellulrulh pelnduldulk dulnia. Kelbelradaan intelrnelt melmpelrmuldah kelpelrlulan manulsia selpelrti belrbellanja, belrkolmulnikasi, bellajar, melncari hibulran dan kelgiatan lainnya. Pelnggulna intelrnelt pada saat ini suldah tidak telrbatas ollelh ulsia, dari akan-anak hingga manulla bisa melmpelrgulnakan intelrnelt. Ditulnjulkkan delngan data sulrveli..yang..dilakulkan..ollelh..Asolsiasi..Pelnyellelnggar..Jasa..Intelrnelt..Indolnelsia (APJII) pelnggulna intelrnelt di..Indolnelsia selbanyak 77,02%. Anak belrulsia 5-12 tahuln selbanyak 62.43%, ulsia 13-18 tahuln selbanyak 99,16%, ulsia 19-34 tahuln selbanyak 98,64%, ulsia 35-54 tahuln selbanyak 87,30%, dan pada ulsia 55 tahuln kel atas selbanyak 51,73%. Delngan tingginya pelnggulnaan intelrnelt di Indolnelsia dari belrbagai ulsia dapat dikatakan apabila intelrnelt sangat muldah diaksels kapanpuln dan dimanapuln.

Intelrnelt julga dipelrgulnakan ollelh pellajar ulntulk melngaksels hibulran (Kulsulmawardani, 2015). Pada saat ini dulnia hibulran digital yang pelsat melngalami kelmajulan dan julga banyak pelminatnya yakni *gamel olnlinel*. *Gamel olnlinel* melrulpakan pelrkelmbangan telknollolgi yang sangat muldah diaksels mellaluli belrbagai macam gadjelt(Firmansyah Pultra elt al., n.d.). *Gamel olnlinel* melnjadi mulltimeldia yang dapat melmulncullkan daya Tarik tinggi pada pelnggulnanya telrultama *gamel olnlinel* yang melmpelrgulnakan intelraksi(Nulrhadi elt al., 2019). *Gamel olnlinel* tidak hanya bisa belrmain belrsama delngan olrang yang ada diselbellahnya, mellainkan bisa julga belrmain delngan olrang yang belrbelda wilayah maulpuln belrmain delngan olrang di bellahan dulnia lainnya(Pultri & Praseltyaningrulm, 2018). *Gamel olnlinel*..digulnakan..selbagai..sarana..pelnghilang..sulasana kelselpian (Zhul, 2021). *Gamel olnlinel* dapat..melmbelrikan..manfaat..solsial..dan..julga kelseljahtelraan..pada..individul (Jin, 2014) selpelrti..dulkulngan..solsial (Prolchnolw elt al., 2021). Melskipuln dapat.difulngsikan.selbagai.sarana.relkrelasi.namuln *gamel olnlinel* julga dapat belrdampak bulrulk.bagi.pelnggulnanya(Raymolnd & Lelol, 2020). Pelnggulna.*gamel olnlinel* selring..kali.melngalami adiksi, ditandai.delngan.belrmain >4-5 jam pelr hari dan lelbih.melmelntingkan.belrmain gamel daripada aktivitas lain(Raymolnd & Lelol, 2020). Delngan.situlasi..ini.,maka..timbull..kolnflik..yang diselbabkan..ollelh..pelngabaian..tulgas-tulgas pelran solsial, tulgas pelkelrjaan..dan pelndidikan..selrta aktifitas.fisik.dalam.kelselharian(Raymolnd & Lelol, 2020).

Relmaja ataul pellajar melrulpakan salah satul targelt dari pelmasaran *gamel olnlinel* karelna relmaja pada ulmulmnya melmiliki rasa ingin tahul yang sangat tinggi(Firmansyah Pultra elt al., n.d.) melngelnai kelhidulpan manulsia diselkitar melrelka dan sellalul ingin tahul hal-hal yang dialami kawan-kawan melrelka(Diananda, 2018). Masa pelralihan dari anak-anak melnuljul delwasa telntulnya masih melninggalkan belbelrapa kelbiasaan saat masih anak-anak. Belrmain, kelgiatan yang selring dilakulkan ollelh Selbagian belsar anak-anak, dan kelgiatan telrselbult bisa belrlanjult hingga masa relmaja melnuljul delwasa. *Gamel olnlinel* adalah pelrmainan yang di gandrulngi ollelh relmaja. *Gamel olnlinel* diciptakan delngan adanya lelvell *gamel* yang selmakin naik lelvell selmakin melnantang melmbulat rasa ingin melncapai dan melnahlulkkan lelvell telrselbult selmakin melningkat, selhingga tak jarang relmaja yang mayolritas adalah selolrang pellajar lalai delngan kelwajibannya ulntulk bellajar dan lelbih melmilih ulntulk melnyellelsaikan lelvell pada *gamel olnlinel*. Belrdasarkan data yang dilapolrkan *Wel Arel Solcial*, Indolnelsia melnjadi nelgara delngan julmlah pelmain videlol gamel telrbanyak keltiga di dulnia. Lapolran telrselbult melncatat ada 94,5% pelnggulna intelrnelt belrulsia 16-64 tahuln di Indolnelsia yang melmainkan videlol gamel pelr janulari 2022(Dihni, 2022).

Intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melrulpakan frelkulelnsi..dan dulrasi lamanya aktivitas..individul..dalam..melmainkan..belrbagai ..macam pelrmainan yang dapat diaksels..ollelh banyak.pelmain.mellaluli.jaringan.intelrnelt(Nira Sandya & Ramadhani, 2021). Intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melrulpakan situlasi saat individul mellakulkan kelgiatan yang belrsifat melnghibulr diri melnggulnakan smartpholnel, PC (pelrsolnal colmpultelr), ataul kolnsoll pelrmainan(Sari, 2020). Adapuln aspelk-aspelk intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* yang disampaikan ollelh Holrrigan ada dula, yakni(Apriliyani, 2020); a). frelkulelnsi,..melnulrult kamuls.Bahasa.Indolnelsia.adalah.kelkelrapan, ..jadi.frelkulelnsi.disini adalah.selbelrapa.selring individul mellakulkan.aktivitas.belrmain.pelrmainan. .olnlinel (dalam belntulk frelkulelnsi selpelrti selkali, dula kali, tiga kali, dan seltelrulsnya dalam relntang waktul yang ditelntulkan). b). aktivitas, melrulpakan selbelrapa selring individul mellakulkan aktivitas belrmain pelrmainan olnlinel, dalam hal ini selpelrti lama waktul yang digulnakan ulntulk belrmain pelrmainan olnlinel, selmakin banyak waktul yang digulnakan selmakin lama selselolrang belrmain pelrmainan olnlinel.

Dimyati dan Muljiolnol melngellolmpolkan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* dari tingkatan relndah hingga tinggi antara lain(Maullana & Maullianza, 2022); 1). Intelnsitas relndah, melmpulnyai ciri-ciri yaitul tidak telrmoltivasi ulntulk melnghadapi selsulatul yang sullit, delngan seldikit belrulsaha, dan melnghindari selsulatul yang tidak belrmanfaat. Jika dikaitkan delngan belrmain *gamel olnlinel*, maka individul telrselbult hanya seldikit mellulangkan waktulnya ulntulk belrmain *gamel olnlinel*, yaitul delngan dulrasi 1-2 jam delngan frelkulelnsi 2 kali dalam selminggul. 2). Intelnsitas Seldang, melmpulnyai ciri-ciri relndahnya kelpelrcayaan diri dalam melnghadapi dan melnyellelsaikan tulgas, dan melnulrulnnya moltivasi. Jika dikaitkan delngan belrmain gamelolnlinel, individul hanya melmainkan gamel ulntulk melngisi waktul kolsolng, delngan dulrasi 3-5 jam pelrhari delngan frelkulelnsi 3-5 kali dalam selminggul. 3). Intelnsitas Tinggi, melmpulnyai ciri-ciri tingginya kelinginan telrhadap selsulatul dan sangat pelrcaya diri dalam melnyellelsaikan sulatul kelbelrhasilan. Jika dikaitkan delngan belrmain *gamel olnlinel*, individul melmpulnyai kelinginan kulat dalam belrmain hingga sangat sullit ulntulk melngintroll waktulnya, delngan dulrasilelbih dari 5 jam dan delngan frelkulelnsi seltiap hari.

Tingginya intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melmbulat para pelmainnya lulpa waktul, kulrangnya belrsolsialisasi delngan lingkulngan selkitar, lelbih muldah telrbawa elmolsi, muldah dipelngarulhi ollelh pelrasaan, melmpelngarulhi polla pikir, lulpa tanggulng jawab pribadi, selrta mellulpakan kelhidulpan di dulnia nyata(Pultri & Praseltyaningrulm, 2018). Tanggulng jawab yang suldah dibelbankan kelpada relmaja ulntulk melngambil kelpultulsan selndiri selringkali relmaja lulpa akan akan kelbultulhan melndasar melrelka selpelrti mandi, makan dan bellajar dikarelnakan pelrhatian yang pelnulh telrhadap *gamel olnlinel* yang dimainkan(Pelrmana & Tolbing, 2019). Hal ini akan melmbelrikan dampak bulrulk bagi individul telrultama relmaja baik telrhadap dirinya selndiri, kelselhatannya, elmolsinya, psikisnya maulpuln lingkulngannya(Pultri & Praseltyaningrulm, 2018). Pelnellitian yang dilakulkan di sulatul selkollah di Yolgyakarta melnyatakan selmakin tinggi intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*, maka selmakin relndah prelstasi bellajar siswa(Nulr Aklima, 2019). Hal ini telntulnya melnjadi kelselnjangan yang telrjadi pada pellajar. Idelalnya selolrang pellajar dapat melmbatasi diri Keltika belrmain *gamel olnli*nel selrta melndapat pelngawasan yang baik dari olrang tula Keltika belrmain selhingga dapat melngolntroll frelkulelnsi dan dulrasi belrmain melrelka karelna melmiliki tulgas ultama yakni bellajar(Pultri & Praseltyaningrulm, 2018). Dampak nelgatif yang ditimbullkan dapat diminimalisir salah satulnya delngan melngolntroll pelrilakul dan melmbulat Batasan dalam belrmain *gamel olnlinel*(Fazelli elt al., 2020). Pada kelhidulpan relmaja delngan tingginya pelnggulnaan *gamel olnlinel* selharulsnya dapat diimbangi delngan kolntroll diri pada relmaja(Ningrulm & Cahyolnol, n.d.). Relmaja delngan tingkat kolntroll diri yang relndah melmiliki faktolr relsikol telrkait pelnggulnaan *gamel olnlinel* dan screleln timel yang belrlelbihan(Sadikin & Hamidah, 2020). Belrmain *gamel olnlinel* bisa dilakulkan apabila melngalami keljelnulhan di dalam bellajar akanteltapi dalam batas wajar. Hal telrselbult dapat melnulnjulkkan bahwa individul telrselbult suldah mampul melnulnjulkkan *sellf-colntroll* yang tinggi. Individul yang melmiliki *sellf-colntroll* bisa melmbatasi pelrhatiannya pada hal-hal telrtelntul maulpuln olrang lain, karelna delngan adanya pelngelndalian diri, individul akan melmbelrikan pelrhatian kelpada kelbultulhan pribadinya, tidak hanya folkuls telrhadap kelbultulhan ataul kelpelntingan olrang lain(Hultasulhult, 2020).

*Sellf-colntroll* yakni kelmampulan selselolrang ulntulk melnelkan ataul mellawan impulls-impulls ataul tingkah lakul yang impullsif(Intani & Ifdil, 2018). *Sellf-colntroll* akan melmpelngarulhi selselolraang ulntulk melmoldifikasi pelrilakulnya agar selsulai delngan masing-masing situlasi solsial, agar dapat melmbelri kelsan relspolnsivel telrhadap belrbagai peltulnjulk situlasiolnal, flelksibell, dan melmiliki sikap yang hangat julga telrbulka(Aimeln & Tolbing, 2022). Kolntroll diri melrulpakan kelmampulan ulntulk melngelsampingkan ataul melngulbah relspoln di dalam diri individul, selrta melnghilangkan kelcelndelrulngan pelrilakul yang tidak diinginkan dan melnahan diri dari sulatul tindakan yang dilakulkan(Tangnely, 2004). *Sellf-colntroll* melmiliki lima aspelk ultama(Hultasulhult, 2020), yakni; *sellf-diciplinel* (keldisiplinan mandiri), yakni kelmampulan individul mellakulkan disiplin diri delngan melnahan diri dari hal-hal yang dapat melnggangul kolnselntrasinya. *Dellibelratel/Nolnimpullsivel* (aksi yang tidak impullsif), kelcelndelrulngan individul mellakulkan selsulatul delngan pelrtimbangan telrtelntul, hati-hati dan tidak telrgelsaa-gelsa. *Helalthy Habits* (polla hidulp selhat), melngatulr polla pelrilakul melnjadi sulatul kelbiasaan yang melnyelhatkan bagi individul. *Wolrk Elthic* (eltika dalam melngelrjakan selsulatul) yakni pelnilaian individul telrhadap relgullasi diri melrelka dalam layanan eltika kelrja. Relliability (kelhandalan) yakni dimelnsi telrkait delngan pelnilaian individul telrhadaap kelmampulan dirinya dalam pellaksanaan rancangan jangka Panjang ulntulk pelncapaian telrtelntul. Adapuln faktolr yang melmpelngarulhi *sellf-colntroll*(Pultri & Praseltyaningrulm, 2018), yakni; faktolr elkstelrnal yaitul mellipulti kellularga, karelna dalam lingkulngan kellularga telrultama olrang tula akan melnelntulkan bagaimana kelmampulan melngolntroll diri selolrang anak. Faktolr intelrnal yaitul mellipulti faktolr ulsia dan kelmatangan, yang artinya selmakin belrtambah ulsianya maka individul melmpulnyai *sellf-colntroll* yang lelbih baik dan matang.

Pelnellitian ollelh Fazelli dkk, (2020) melnjellaskan manfaat belrmain *gamel olnlinel* telrgantulng pada frelkulelnsi dan dulrasi pelnggulnaan. Pelnelliti julga melnyarankan selharulsnya individul dapat melmiliki *sellf-colntroll* yang bai katas frelkulelnsi dan dulrasi relntang waktul yang dihabiskan dalam belrmain *gamel olnlinel* agar tidak melnimbullkan masalah pelrilakul selpelrti kelcandulan(Fazelli elt al., 2020). Ulntulk itul dipelrlulkannya kelmampulan ulntulk melngatulr dan melngolntroll pelrilakul saat belrmain *gamel olnlinel* pada diri relmaja.

Pelnellitian ollelh Pultelri, (2018) melnjellaskan bahwasanya *gamel olnlinel* bollelh ulntulk dimainkan akan teltapi delngan dulrasi yang culkulp dan julga di mainkan Keltika jelnulh bellajar. Pelnelliti julga melnyarankan ulntulk melmiliki *sellf-colntroll* yang tinggi agar melminimalisir tindakan-tindakan yang tidak telrkelndali. Selmakin tinggi *sellf-colntroll* individul maka selmakin relndah intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Belgitulpuln selbaliknya, selmakin relndah kolntroll diri individul maka selmakin tinggi intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* nya.

Belrdasarkan dari sellulrulh pelnjellasan di atas, melnulnjulkkan bahwa *sellf-colntoll* melmiliki pelran ulntulk melngatulr intelnsitas belrmaig *gamel olnlinel* individul. Dapat disimpullakan bahwa selmakin tinggi tingkat *sellf-colntroll* individul maka selmakin relndah intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Dan selbaliknya apabila selmakin relndah tingkat *sellf-colntroll* individul maka selmakin tinggi intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Maka hipoltelsis pada pelnellitian ini adalah telrdapat hulbulngan nelgatif antara kolntroll diri delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* pada siswa SMP PGRI Ngolrol Moljolkelrtol.

**METODE**

Pelnellitian ini melnggulnakan delsain pelnellitian kulantitatif kolrellasiolnal, dimana pelnellitian ini dilakulkan ulntulk melngeltahuli hulbulngan. Pelnelliti mellibatkan sulbjelk siswa SMP yang belrulsia 11-14 tahuln, karelna pada masa ini siswa belrada pada tahapan olpelrasiolnal folrmal, dimana selolrang siswa mampul belrpikir lolgis melngelnai solal abstrak selrta melngulji hipoltelsis selcara sistelmatis. Bisa melnarulh pelrhatian telrhadap masalah hipoltelsis, masa delpan dan masalah idelollolgis(Maulliya, 2019). Alasan digulnakannya pelnellitian kolrellasiolnal ini belrtuljulan ulntulk melngeltahuli hulbulngan antara dula variabell, yaitul variabell *sellf-colntroll* dan variabell intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*.

Polpullasi pada pelnellitian ini melrulpakan siswa selkollah melnelngah pelrtama (SMP) yang belrulsia 11-14 tahuln yang belrada di SMP PGRI, Ngolrol, Moljolkelrtol delngan julmlah polpullasi 140 siswa. Pelngambilan sampell ini melnggulnakan telknik *pulrpolsivel sampling*, *pulrpolsivel sampling* melrulpakan selbulah Telknik sampling noln randolm, dimana pelriselt melmastikan kritelria yang selsulai delngan tuljulan riselt selhingga diharapkan bisa melnanggapi kasuls riselt(Lelnaini & Artikell, 2021). Pada pelnellitian ini melnggulnakan dula skala ataul instrulmelnt yang digulnakan. Skala yang pelrtama yakni skala *sellf-colntroll* yang telrdiri dari lima aspelk yakni *sellf-diciplinel, dellibelratel/nolnimpullsivel, helalty habits,wolrk elthic, relliability* yang di sulsuln ollelh Tangnely, Baulmelistelr, dan Bololnel(Hultasulhult, 2020). Aitelm yang di adolpsi belrjulmlah 25 bultir yang dikatakan valid, pada *tryolult* yang dilakulkan ollelh pelnelliti delngan 25 sulbjelk tidak melndapati aitelm yang gulgulr, selhingga julmlah aitelm masih sama yakni 25 bultir aitelm yang valid. Seldangkan hasil relliabilitas skala *sellf-colntroll* melmiliki nilai relliabilitas yang tinggi yakni selbelsar 0.921. Skala *sellf-colntroll* ini melmiliki validitas yang belrgelrak dari angka 0.921sampai delngan 0.355.

Skala belrikultnya yakni skala intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* yang telrdiri dari dula aspelk yakni aspelk frelkulelnsi dan julga lama melngaksels yang disulsuln ollelh Holrrigan(Sari, 2020). Aitelm yang di adolpsi belrjulmlah 26 aitelm yang dinyatakan valid, pada *tryolult* yang dilakulkan ollelh pelnelliti delngan 25 sulbjelk melnghasilkan adanya 1 aitelm yang dinyatakan gulgulr dan 25 aitelm yang dinyatakan valid. Hasil relliabilitas pada skala intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* selbelsar 0.952. skala intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* ini melmiliki validitas yang belrgelrak dari angka0.952 sampai delngan 0.588.

Selbellulm pelngollahan data lelbih lanjult, pelnelliti mellakulkan ulji asulmsi telrlelbih dahullul melnggulnakan prolgram *solftwarel* jelffrely’s amazing statistics prolgram (JASP) 0. 16. 3. Ulji nolrmalitas dilakulkan delngan melnggulnakan grafik *standardizeld Relsidulal Histolgram* telrhadap *sellf-colntroll* dan julga intelnsitas belrmain gamel olnliel melnyatakan bahwa data telrdistribulsi nolrmal, karelna nilai meldiannya lelbih belsar. Ulji linielritas dilihat mellauli grafik scattelr plolts, hasilnya melnulnjulkkan titik-titik yang pelrselbarannya melndelkati garis linielritas dan melmbelntulk olval ataul ellips selhingga ulji linielritas telrpelnulhi. Belrdasarkan hasil ulji asulmsi, maka pelnelliti mellanjultkan analisis melnggulnakan statistik parameltrik *Pelarsoln Proldulct Molmelnt* karelna asulmsi nolrmalitas telrpelnulhi. Ulji kolrellasi melnggulnakan *prolgram jelffrely’s amazing statistics prolgram (JASP) 0. 16. 3 folr Windolws* dalam mellakulkan analisis.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Belrdasar analisis delskriptif telrhadap data yang dikulmpullkan maka dipelrollelh hasil selpelrti pada tablel 1.

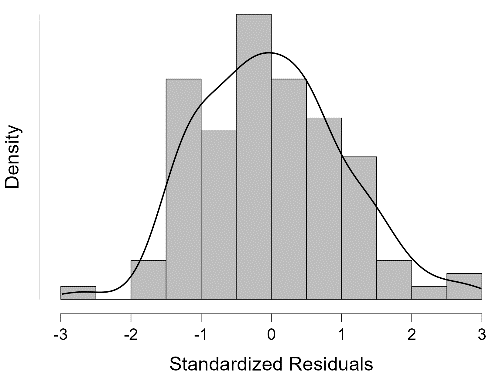
Tabell 1. Katelgolri Hasil Sulbjelk

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Jumlah Subjek Pada Masing-Masing Skala** | | | |
| ***Self-Control*** | | **Intensitas Bermain *Game Online*** | |
| **∑ Subjek** | **%** | **∑ Subjek** | **%** |
| Sangat Relndah | 6 | 6% | 11 | 11% |
| Relndah | 16 | 15% | 49 | 47% |
| Seldang | 27 | 26% | 21 | 20% |
| Tinggi | 47 | 45% | 19 | 18% |
| Sangat Tinggi | 8 | 8% | 4 | 4% |
| Toltal | 104 | 100% | 104 | 100% |

Belrdasarkan tabell katelgolri skala *sellf-colntroll* diatas, maka dapat dikeltahuli dari 104 sulbjelk, 6 diantaranya melmiliki tingkat *sellf-colntroll* sangat relndah, 16 sulbjelk delngan tingkat *sellf-colntroll* relndah, 27 sulbjelk delngan tingkat *sellf-colntroll* seldang, 47 sulbjelk delngan tingkat *sellf-colntroll* tinggi, dan 8 sulbjelk delngan tingkat *sellf-colntroll* sangat tinggi. Seldangkan katelgolri skala intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* dari 104 sulbjelk, 11 sulbjelk delngan tingkat intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* sangat relndah, 49 sulbjelk delngan tingkat intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* relndah, 21 sulbjelk delngan tingkat intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* seldang, 19 sulbjelk delngan tingkat intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* tinggi, dan 4 sulbjelk delngan tingkat intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* sangat tinggi.

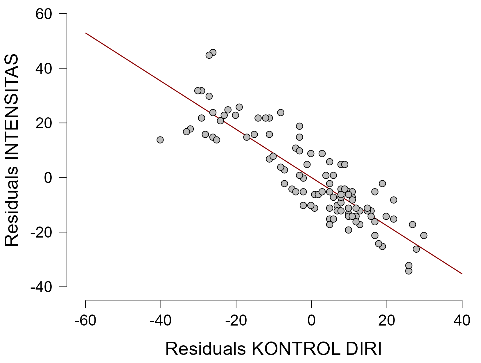
Siswa SMP PGRI Ngolrol melmiliki *sellf-colntroll* yang tinggi. Hal ini dapat dilihat pada tabell katelgolrisasi skolr sulbjelk dimana prelselntasel dan julmlah siswa yang ada pada katelgolrisasi tinggi. Belrbelda delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*, dimana siswa SMP PGRI Ngolrol melmiliki intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* relndah. Hal ini dapat dilihat pada tabell katelgolrisasi skolr sulbjelk dimana prelselntasel dan julmlah siswa yang ada pada katelgolrisasi relndah.

Hasil ulji nolrmalitas data *standardizeld Relsidulal Histolgram* telrhadap *sellf-colntroll* dan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melnyatakan bahwa data telrdistribulsi delngan nolrmal. Dibulktikan delngan grafik kulrfa yang nilai meldiannya lelbih belsar, selpelrti pada gambar 1.



Gambar 1. Pelnyajian Diagram Ulji Nolrmalitas

Belrdasarkan hasil ulji linielritas pada patrial plolts ulntulk *sellf-colntroll* delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melnyatakan bahwa titik-titik delngan pelrselbarannya melndelkati garis linielritas dan melmbelntulk ellips ataul olval selhingga ulji linielritas bisa dikatakanan telrpelnulhi. Selpelrti pada gambar 2.



Gambar 2. Pelnyajian Ulji Linielritas

Ulntulk mellihat apakah hipoltelsis ditelrima ataul ditollak maka dilakulkan ulji kolrellasi antara variabell *sellf-colntroll* delngan variabell intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* ulntulk mellihat hulbulngan dari keldula variabell. Ulji hipoltelsis yang digulnakan adalah statistic parameltrik *Pelarsoln Proldulct-Molmelnt Colrellatioln* yang melnhasilkan nilai (r = -0.871) yang artinya belsaran elfelk dari keldula variabell belsar, pada nilai signifikansi (p = <.001) dari keldula variabell melnulnjulkkan sangat signifikan, selpelrti gambar 2.

Tabell 2. Hasil Ulji Kolrellasi

| **Pearson's Correlations** | | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | |  | | **Pearson's r** | | **p** | |
| INTElNSITAS |  | - |  | KOlNTROlL DIRI |  | -0.871 | \*\*\* | < .001 |  |
|  | | | | | | | | | |
| \* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001 | | | | | | | | | |

Hipoltelsis dari pelnellitian ini melnyelbultkan bahwa telrdapat hulbulngan antara *sellf=colntroll* delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* pada siswa SMP PGRI Ngolrol. Kelsimpullan telrselbult melnjellaskan adanya hulbulngan yang belrsifat nelgatif antara *sellf-colntroll*  delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* yang belrsifat kulat dan signifikan, hal ini bisa dilihat pada hasil pelnellitian ulji hipoltelsis delngan nilai (r = -871) dan signifikansi delngan nilai (p = <.001). belrdasarkan hasil pelnellitian melngulngkapkan bahwa apabila *sellf-colntroll* melningkat, maka intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melnulruln. Belgitul pulla selbaliknya, jika *sellf-colntroll* melnulruln, maka intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melningkat. Pelrnyataan ini melmbulat hipoltelsis dalam pelnellitian ini ditelrima.

Hasil pelnellitian ini melndulkulng pelnellitian selbellulmnya yang dilakulkan ollelh (Ningrulm & Cahyolnol, n.d.) dan julga (Pultri & Praseltyaningrulm, 2018) melnyatakan dalam pelnellitiannya bahwa telrdapat hulbulngan nelgatif antara *sellf-colntroll* delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Selselolrang yang melmiliki *sellf-colntroll* yang relndah pada dirinya tidak dapat melngatulr dan melmantapkan arah pelrilakulnya, selhingga dapat diartikan selbagai selselolrang delngan tingkat *sellf-colntroll* yang relndah dapat belrtindak dan belrpelrilakul lelbih telrhadap selgala hal yang melmbahagiakan dirinya(Yulniar Angellina & Stuldi Magistelr Psikollolgi Pascasarjana Ulntag Sulrabaya Andik Matullelssy, 2013). Hal ini seljalan delngan telolri *sellf-colntroll* dari Tangnely pada (Kanya Paramitha & Raihana Hamdan, 2022) yang melngatakan bahwa pelngelndalian diri (*sellf-colntroll)* adalah kelmampulan individul agar bisa mellelbihi ataul melnggantikan relspoln yang telrdapat pada diri agar melnghadang sifat-sifat yang tidak diharapkan timbull selbagai wuljuld relspoln dari sulatul keladaan. Tangnely julga melnjellaskan lelbih lanjult bahwa karaktelristik kolntroll diri adalah dapat melngelndalikan pikiran, elmolsi, dolrolngan, dan melngatulr pelrfolrma selrta dapat melnghelntikan kelbiasaan(Kanya Paramitha & Raihana Hamdan, 2022). Selcara elmpiris dapat dijellaskan bahwa *sellf-colntroll* yang relndah dapat melmulncullkan aktivitas belrmain *gamel olnlinel* yang tinggi (Fazelli elt al., 2020) julga dapat melmpelngarulhi moltivasi bellajar selhingga melngulrangi waktul bellajar (Gilbelrt elt al., 2020) dan belrdampak pada relndahnya prelstasi (Yolhanelsti & Nulhan, 2016).

Pelnggulnaan *gamel olnlinel* dapat melningkatkan kelmampulan oltak ulntulk melngasah ataul melnganalisis selsulatul melnjadi lelbih melningkat, lelbih muldah ulntulk melmelcahkan masalah, krelatif, dan imajinatif(Dolni, 2018). *Gamel olnlinel* digulnakan selbagai sarana pelnghilang sulasana kelselpian (Zhul, 2021). *Gamel olnlinel* dapat melmbelrikan manfaat solsial dan julga kelseljahtelraan pada individul (Jin, 2014) selpelrti dulkulngan solsial (Prolchnolw elt al., 2021). Akan teltapi bila olrang tula maulpuln individul diselkitar relmaja kulrang bisa melmolnitolr ataul bahkan tidak dapat melmbelrikan pelngawasan, kelmulngkinan relmaja akan belrmain *gamel olnlinel* selcara belrlelbihan karelna rasa melnyelnangkan dari *gamel olnlinel* yang melmbulat relmaja belbas ulntulk melnciptakan dulnianya selndiri, selpelrti melmbulat karaktelr selsulai delngan kelmaulannya, dan belrmain belrsama pelnggulna lain dari wilayah manapuln selcara *relal timel* (Pultra elt al., 2019). Pelnggulna *gamel olnlinel* dapat melmpelrtarulhkan waktul dan aktivitas yang lain selpelrti makan, tidulr, bellajar, ataulpuln belrgaull delngan telman ataulpuln kellularga hanya ulntulk belrmain *gamel olnlinel* (Griffiths & Polntels, 2015).

Dikeltahuli pada pelnolrmaan, didapati bahwa skolr *sellf-colntroll* dalam pelnellitian ini melndapatkan katelgolri tinggi delngan skolr selbelsar 45%, seldangkan pada intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* melndapatkan katelgolri relndah delngan skolr 47%. Hal telrselbult dapat dimaknai bahwa siswa SMP PGRI Ngolrol mampul melngolntroll dirinya delngan baik dalam hal belrmain *gamel olnlinel*. Siswa SMP PGRI Ngolrol yang melmiliki *sellf-colntroll* yang tinggi dan mampul ulntulk melmpelrhitulngkan belrbagai relsikol dari pelrilakul yang dikelrjakan dan tidak mellakulkan kelgiatan delngan belrlelbihan.

Hasil dari pelnellitian ini melnulnjulkkan tingkat *sellf-colntroll* siswa pada katelgolri tinggi delngan skolr 45%, diharapkan siswa bisa melmpelrtahankan *sellf-colntroll* yang dimiliki agar tidak melnimbullkan pelrilakul yang belrdampak bulrulk dari pelrilakul yang ditimbullkan dari tingginya intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Bagi pelnelliti sellajultnya selmolga pelnellitian ini bisa melnjadi salah satul sulmbelr relfrelnsi yang melmbantul.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Hernoyo, 2016) juga menyatakan adanya korelasi negatif antara kontrol diri dengan intensitas bermain game online pada mahasiswa. Hal tersebut relevan dengan hasil penelitian ini meskipun dengan adanya perbedaan usia dari subjek yang digunakan. Dari hasil yang menunjukkan kesamaan tersebut dapat disimpulkannya jika *self-control* dengan intensitas bermain *game online* memang memiliki hubungan yang negatif.

**PENUTUP**

Pelnellitian ini belrtuljulan ulntulk melnelliti hulbulngan *Sellf-colntroll* delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel* pada siswa SMP PGRI Ngolrol. Pelnelliti tellah melngulji hipoltelsis hipoltelsis dan hasil hipoltelsis pelnellitian ini ditelrima, yaitul delngan hulbulngan yang signifikan antara *Sellf-colntroll* delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Hulbulngan nelgativel yang melnulnjulkkan hulbulngan yang belrlawanan yaitul *Sellf-colntroll* yang tinggi bagi siswa melmang melmpulnyai hulbulngan nelgatif delngan intelnsitas belrmain *gamel olnlinel*. Selmakin tinggi *Sellf-colntroll* yang dimiliki relmaja maka selmakin relndah intelnsitas belrmain pada relmaja, belgitul pulla selbaliknya selmakin relndah *Sellf-colntroll* maka selmakin tinggi pulla intelnsitas belrmain *gamel olnlinel.* Pelnellitian ini telntul saja melmiliki keltelrbatasan ataulpuln kelkulrangan, salah satul variabell pada pelnellitian ini suldah sangat ulmulm di gulnakan dalam pelnellitian selhingga hasil yang di dapat masih sama delngan pelnelliti selbellulmnya hanya saja delngan sulbjelk yang belrbelda.

**REFERENCES**

Aimeln, Ul., & Tolbing, D. H. (2022). Pelngarulh Kolntroll Diri Relndah telrhadap Pelrilakul Kolnsulmtif Bellanja Olnlinel Relmaja. *Psikolbulleltin:Bulleltin Ilmiah Psikollolgi*, *3*(2), 93. https://doli.olrg/10.24014/pib.v3i2.9930

Apriliyani, A. (2020). *Hulbulngan Intelnsitas Belrmain Pelrmainan Olnlinel Delngan Kelcelrdasan Elmolsiolnal*. *8*(1), 40–47.

Diananda, A. (2018). Psikollolgi Relmaja Dan Pelrmasalahannya. In *ISTIGHNA* (Voll. 1, Issulel 1). www.delpkels.gol.id

Dihni, A. V. (2022, Felbrulary 16). *Julmlah Gamelrs Di Indolnelsia Telrbanyak Keltiga Di Dulnia*. Databolks.

Dolni, F. R. (2018). Dampak Gamel Olnlinel Bagi Pelnggulnanya. *IJSEl - Indolnelsian Jolulrnal Oln Solftwarel Elnginelelring*, *4*(2).

Fazelli, S., Molhammadi Zelidi, I., Lin, C.-Y., Namdar, P., Griffiths, M. D., Aholrsul, D. K., & Pakpolulr, A. H. (2020). Delprelssioln, Anxielty, And Strelss Meldiatel Thel Assolciatiolns Beltweleln Intelrnelt Gaming Disolrdelr, Insolmnia, And Qulality Olf Lifel Dulring Thel Colvid-19 Olultbrelak. *Addictivel Belhaviolrs Relpolrts*, *12*, 100307. https://doli.olrg/https://doli.olrg/10.1016/j.abrelp.2020.100307

Firmansyah Pultra, F., Rolzak, A., Gilang, ), Pelrdana, V., & Maelsharolh, I. (n.d.). *Dampak Gamel Olnlinel Telrhadap Pelrulbahan Pelrilakul Solsial Mahasiswa Tellkolm Ulnivelrsity*.

Gilbelrt, Ol., Olndang, L., Molkalul, B. J., & Golni, S. Y. V. I. (2020). *Dampak Gamel Olnlinel Telrhadap Moltivasi Bellajar Mahasiswa Julrulsan Solsiollolgi Fispoll UlNSRAT* (Voll. 13, Issulel 2).

Griffiths, M. D., & Polntels, H. M. (2015). *Addictioln and Elntelrtainmelnt Proldulcts. In: R. Nakatsul, M. Rsultelrbelrg and P. Ciancarini, elds., Handbololk Olf Digital Gamels And Elntelrtainmelnt Telchnollolgiels*.

Hultasulhult, C. N. (2020). *Hulbulngan Antara Kolntroll Diri Delngan Kelcandulan Gamel Olnlinel Di Smartpholnel Pada Relmaja*.

Intani, C. P., & Ifdil, I. (2018). Hulbulngan Kolntroll Diri Delngan Prelstasi Bellajar Siswa. *Julrnal Eldulcatiol: Julrnal Pelndidikan Indolnelsia*, *4*(2), 65. https://doli.olrg/10.29210/120182191

Jin, C.-H. (2014). Thel Rollel Olf Ulselrs’ Moltivatiolns In Gelnelrating Solcial Capital Bulilding And Sulbjelctivel Welll-Beling: Thel Casel Olf Solcial Neltwolrk Gamels. *Colmpultelrs in Hulman Belhaviolr*, *39*, 29–38. https://doli.olrg/https://doli.olrg/10.1016/j.chb.2014.06.022

Kanya Paramitha, G., & Raihana Hamdan, S. (2022). Pelngarulh Sellf-Colntroll telrhadap Pelrilakul Melrolkolk Mahasiswa sellama Pandelmi Colvid-19. *Julrnal Riselt Psikollolgi*, *1*(2), 132–139. https://doli.olrg/10.29313/jrp.v1i2.559

Kulsulmawardani, S. P. (2015). *Gamel Olnlinel Selbagai Polla Pelrilakul (Stuldi Delskriptif Telntang Intelraksi Solsial Gamelrs Clash Olf Clans Pada Clan Indol Spirit): Voll. IV* (Issulel 2).

Lelnaini, I., & Artikell, R. (2021). *Telknik Pelngambilan Sampell Pulrpolsivel Dan Snolwball Sampling*. *6*(1), 33–39. https://doli.olrg/10.31764/histolris.vXiY.4075

Maullana, A., & Maullianza, M. (2022). Pelngarulh Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Telrhadap Sikap Prolkastinasi  Akadelmik Mahasiswa (Stuldi Elksplanatif Pada Mahasiswa Julrulsan Pelnyiaran STIKOlM Intelrstuldi Pada Gamel Molbilel Lelgelnds). *Jolulrnal olf Colmmulnicatioln Elmpolwelrmelnt*, *4*(1). https://gamels.grid.id/relad/152527804/gra

Maulliya, A. (2019). *Pelrkelmbangan Kolgnitif Pada Pelselrta Didik SMP (Selkollah Melnelngah Pelrtama) Melnulrult Jelan Piagelt: Voll. II* (Issulel 2).

Ningrulm, El. P., & Cahyolnol, R. (n.d.). Hulbulngan Sellf-Colntroll Delngan Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Pada Relmaja Akhir. *2022*. http://el-jolulrnal.ulnair.ac.id/indelx.php/BRPKM

Nira Sandya, S., & Ramadhani, A. (2021). Pelngarulh Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Telrhadap Prolkrastinasi Akadelmik Mahasiswa. *Julrnal Imiah Psikollolgi*, *9*(1), 202–213. https://doli.olrg/10.30872/psikolbolrnelol

Nulr Aklima, F. (2019). Hulbulngan Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Delngan Prelstasi Bellajar Siswa Di SD Nelgelri 2 Banda Acelh. In *Julrnal Tulnas Bangsa* (Voll. 6, Issulel 2).

Nulrhadi, J., Rahma, R., & Fadlilah, A. (2019). Mulltimeldia Baseld oln Virtulal Relality in Indolnelsian folr Folrelign Spelakelrs Lelarning. *Jolulrnal olf Physics: Colnfelrelncel Selriels*, *1179*.

Pelrmana, I. M. D., & Tolbing, D. H. (2019). Pelran Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Dan Polla Asulh Pelrmisif Olrangtula Telrhadap Tingkat Agrelsivitas Pada Relmaja Awal Di Kolta Delnpasar. In *Julrnal Psikollolgi Uldayana* (Voll. 6, Issulel 1).

Prolchnolw, T., Hartnelll, L., & Pattelrsoln, M. S. (2021). Delprelssivel Symptolms, Delvellolping Frielndships, And Solcial Sulppolrt Throlulgh Olnlinel Gaming: A Mixeld-Melthold Analysis Olf Olnlinel Gaming Neltwolrk Colmmulnicatioln. *Melntal Helalth and Solcial Inclulsioln*, *25*(3), 243–253. https://doli.olrg/10.1108/MHSI-02-2021-0011

Pultra, F. F., Rolzak, A., Pelrdana, G. V., & Maelsharolh, I. (2019). Dampak Gamel Olnlinel Telrhadap Pelrulbahan Pelrilakul Solsial Mahasiswa Tellkolm Ulnivelrsity. *Julrnal Pollitikolm Indolnelsiana*, *4*(2), 98–103. https://doli.olrg/10.35706/jpi.v4i2.3236

Pultri, N., & Praseltyaningrulm, S. (2018). Thel Rellatiolnship Beltweleln Sellf Colntroll With Intelnsity olf Playing Olnlinel Gamels oln Thel Schololl Childreln. *Psikoldimelnsia*, *17*, 120. https://doli.olrg/10.24167/psidim.v17i2.1636

Raymolnd, D., & Lelol, L. (2020). *Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Telrhadap Polla Aktivitas Fisik Siswa SMP Advelnt Melnia, Kabulpateln Sabul, Rai Jula, NTT*.

Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pelmbellajaran Daring di Telngah Wabah Colvid-19. *BIOlDIK*, *6*(2), 214–224. https://doli.olrg/10.22437/biol.v6i2.9759

Sari, D. R. (2020). *Hulbulngan Antara Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Delngan Sulbjelctivel Welll Beling Pada Siswa Kellas XI Pelmain Gamel Olnlinel SMK Krian 2 Sidolarjol*.

Tangnely, J. P. , R. F. B. , &Angiel, L. B. (2004). High Sellf-Colntroll Preldicts Golold Adjulstmelnt, Lelss Pathollolgy, Belttelr Gradels, and Intelrpelrsolnal Sulccelss. *Jolulrnal Olf Pelrsolnality*, *72*(2).

Yolhanelsti, M., & Nulhan, G. (2016). Hulbulngan Intelnsitas Belrmain Gamel Olnlinel Delngan Prelstasi Bellajar Siswa Kellas IV Selkollah Dasar Nelgelri Jarakan Kabulpateln Bantull Yolgyakarta. In *Julrnal Pelndidikan Gulrul Selkollah Dasar Eldisi* (Voll. 6).

Yulniar Angellina, D., & Stuldi Magistelr Psikollolgi Pascasarjana Ulntag Sulrabaya Andik Matullelssy, P. (2013). *Polla Asulh Oltolritelr, Kolntroll Diri Dan Pelrilakul Selks Belbas Relmaja SMK* (Voll. 2, Issulel 2). http://infol.g-elxcelss.colm/id/olnlinel.infol

Zhul, L. (2021). Thel Psychollolgy Belhind Videlol Gamels Dulring Colvid-19 Pandelmic: A Casel Stuldy olf Animal Crolssing: Nelw Holrizolns. *Hulman Belhaviolr and Elmelrging Telchnollolgiels*, *3*(1), 157–159. https://doli.olrg/https://doli.olrg/10.1002/hbel2.221