SKALA PENELITIAN *SELF-CONTROL*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| / | AR | Aitem | SS | S | TS | STS |
| 1 | 1 | Saya tetap berusaha untuk menyelesaikan tugas |  |  |  |  |
| 2 | 2 | Saya memiliki jadwal yang teratur untuk belajar |  |  |  |  |
| 3 | 3 | Teman saya mengatakan bahwa saya adalah orang yang disiplin |  |  |  |  |
| 5 | 4 | Saya menunda mengerjakan tugas apabila mengantuk |  |  |  |  |
| 6 | 5 | Saya sering datang terlambat ke sekolah |  |  |  |  |
| 7 | 6 | Saya menunda-nunda dalam mengerjakan tugas |  |  |  |  |
| 8 | 7 | Saya hanya akan belajar ketika menghadapi ujian |  |  |  |  |
| 10 | 8 | Dalam melakukan sesuatu saya memikirkan akibatnya |  |  |  |  |
| 11 | 9 | Saya melakukan sesuatu sesuai keinginan tanpa memikirkan akibatnya |  |  |  |  |
| 12 | 10 | Saya mengatakan apapun yang saya pikirkan kepada orang lain |  |  |  |  |
| 13 | 11 | Saya mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa |  |  |  |  |
| 14 | 12 | Saya boros dalam menggunakan uang |  |  |  |  |
| 17 | 13 | Saya memilih untuk tidak masuk sekolah ketika PR saya belum selesai |  |  |  |  |
| 21 | 14 | Saya sulit bangun pagi |  |  |  |  |
| 25 | 15 | Saya makan makanan yang sehat |  |  |  |  |
| 27 | 16 | Saya sulit untuk menolak ketika orang lain meminta bantuan |  |  |  |  |
| 28 | 17 | Saya mudah putus asa ketika menghadapi kesullitan dalam memahami pelajaran |  |  |  |  |
| 29 | 18 | Saya akan mematikan televisi dan radio agar tidak mengganggu saya dalam mengerjakan tugas |  |  |  |  |
| 30 | 19 | Saya sulit berkonsentrasi |  |  |  |  |
| 31 | 20 | Saya lebih suka bermain daripada mengerjakan tugas |  |  |  |  |
| 32 | 21 | Saya dapat mengerjakan tugas yang diberikan |  |  |  |  |
| 33 | 22 | Saya tidak mudah putus asa |  |  |  |  |
| 34 | 23 | Saya sering mengucapkan kata-kata yang tidak pantas |  |  |  |  |
| 35 | 24 | Saya sering berubah pikiran dalam mengerjakan sesuatu |  |  |  |  |
| 36 | 25 | Saya tidak pandai menyimpan rahasia |  |  |  |  |

SKALA PENELITIAN INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | AR | Aitem | SS | S | TS | STS |
| 1 | 1 | Saya lebih banyak menghabiskan waktu saya untuk bermain  game online ketika tidak sekolah |  |  |  |  |
| 2 | 2 | Saya menyempatkan diri untuk bermain game online setiap  hari agar dapat menguasai permainan |  |  |  |  |
| 3 | 3 | Ketika bermain game online, saya tidak suka di ganggu oleh siapapun |  |  |  |  |
| 6 | 4 | Saya lebih memilih untuk bermain game online dari pada  berkumpul dengan teman-teman |  |  |  |  |
| 7 | 5 | Saya merasa tidak tenang ketika tidak bermain game online  selama seminggu |  |  |  |  |
| 8 | 6 | Saya lebih suka menggunakan waktu saya untuk belajar dari  pada bermain game online |  |  |  |  |
| 9 | 7 | Ketika bermain game online saya selalu fokus sehingga  tidak ada waktu untuk berbicara dengan orang lain |  |  |  |  |
| 10 | 8 | Saya akan kesal atau marah apabila ada yang melarang saya  untuk bermain game online |  |  |  |  |
| 11 | 9 | Saya suka memikirkan game yang saya sukai ketika  pelajaran berlangsung |  |  |  |  |
| 12 | 10 | Sejak bermain game online saya menjadi sulit  berkonsentrasi |  |  |  |  |
| 13 | 11 | Kecemasan atau kegelisahan saya akan hilang ketika  bermain game online |  |  |  |  |
| 14 | 12 | Saya lebih suka bermain game online dari pada harus belajar  atau les |  |  |  |  |
| 15 | 13 | Apabila saya memegang HP, di depan computer, atau di  warnet, saya bermain game online |  |  |  |  |
| 16 | 14 | Saya mengurangi waktu bermain game online agar tidak  kecanduan |  |  |  |  |
| 17 | 15 | Saya ingin selalu bermain game online |  |  |  |  |
| 18 | 16 | Saya sering lupa mengerjakaan PR karena bermain game  online |  |  |  |  |
| 19 | 17 | Saya sering tidak mendengar panggilan orang tua ketika  asik bermain game online |  |  |  |  |
| 20 | 18 | Saya merasa puas apabila dapat bermain game online lebih  lama |  |  |  |  |
| 21 | 19 | Apabila ada orang lain bermain game online saya tidak  merasa tertarik |  |  |  |  |
| 22 | 20 | Saya tidak peduli dengan teman yang bermain game online |  |  |  |  |
| 24 | 20 | Saya akan kecewa apabila bermain game online hanya  sebentar |  |  |  |  |
| 25 | 21 | Saya perlu meluangkan banyak waktu untuk bermain game  online sampai puas |  |  |  |  |
| 26 | 22 | Saya dapat membagi waktu antara bermain game dengan  belajar |  |  |  |  |
| 27 | 23 | Saya menolak ajakan teman untuk bermain game online |  |  |  |  |
| 29 | 24 | Saya tidak memiliki keinginan untuk selalu bermain game  online |  |  |  |  |
| 30 | 25 | Saya sering merasa kesulitan untuk mengakhiri permainan  game online |  |  |  |  |