

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian tentang hubungan antara kontrol diri dan kecanduan gim daring pada *smartphone* ini dilakukan di Universitas Islam Indonesia, Kabupaten Sleman, Kota Yogyakarta. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Indonesia dari berbagai macam perbedaan jenis kelamin, tingkat usia, waktu yang digunakan untuk bermain gim daring selama masa perkuliahan, jenis *smartphone*, paket data yang dihabiskan bermain gim daring selama satu bulan, mulai bermain gim daring, dan jenis gim daring yang dimainkan.

Subjek mahasiswa yang digunakan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang memiliki komunitas untuk bermain gim daring, dimana tiap komunitas terdapat sembilan anggota yang merupakan tim dalam bermain gim daring. Anggota dari komunitas gim daring ini dari berbagai macam fakultas yang ada di Universitas Islam Indonesia. Mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa mulai dari angkatan 2017 sampai mahasiswa dari tingkat akhir yang belum mendapatkan gelar sarjana.

Berdasarkan dari penjelasan diatas, mahasiswa Universitas Islam Indonesia sangat tidak asing lagi dalam hal penggunaan internet di *smartphone* untuk mengerjakan tugas kuliah atau melakukan *key in* jadwal mata kuliah pada semester baru. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang melibatkan sebanyak 40 mahasiswa untuk subjek uji coba (*tryout*) dan sebanyak 100 mahasiswa untuk subjek pengambilan data terpakai. Alasan peneliti yang hanya menggunakan 100 subjek subjek mahasiswa karena waktu dan jumlah subjek yang terbatas sehingga tidak semua mahasiswa dapat menjadi subjek dalam penelitian ini.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Penelitian ini dapat terlaksana dengan baik karena adanya persiapan yang dilakukan oleh peneliti. Persiapan sebelum dilakukan penelitian yaitu mempersiapkan surat ijin untuk penelitian terlebih dahulu. Penelitian ini menggunakan satu surat ijin penelitian yang dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia. Surat penelitian yang dipersiapkan dalam penelitian ini diberikan kepada komunitas *Rock Squad* yang merupakan komunitas gim daring *Mobile Legend* yang ada di Universitas Islam Indonesia dengan surat ijin No. 413/Dek/70/Div.Um.RT/V/2018 tertanggal 14 Mei 2018 untuk kepentingan pengambilan data penelitian.

b. Persiapan Alat Ukur

Sebelum melakukan penelitian, persiapan yang harus dilakukan yaitu menyusun alat ukur untuk pengambilan data penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala kontrol diri dan kecanduan gim daring.

1) Skala Kecanduan Gim Daring

Skala kecanduan gim daring dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kecanduan mahasiswa Universitas Islam Indonesia terhadap permainan gim daring. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan modifikasi skala yang disusun oleh peneliti sebelumnya yaitu Krisnawati (2009) yang mengacu pada aspek-aspek kecanduan yang disusun oleh Young (1998). Aspek-aspeknya yaitu pemain mengalami perasaan tidak menyenangkan ketika *offline*, pemain mengalami perasaan yang menyenangkan ketika daring, perhatian hanya tertuju pada gim daring, penggunaan jumlah waktu yang semakin meningkat, ketidakmampuan mengatur penggunaan gim daring, berani mengambil resiko dan penggunaan gim daring sebagai sarana untuk melarikan diri dari masalah. Skala kecanduan gim daring tersebut merupakan skala likert yang memiliki rentang skor satu sampai empat dalam jumlah 24 aitem dengan sebaran 20 aitem *favourable* dan 4 aitem *unfavourable*.

2) Skala Kontrol Diri

Alat ukur skala kontrol diri digunakan untuk mengukur kontrol diri mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengalami kecanduan dalam bermain gim daring. Skala kontrol diri yang digunakan untuk pengambilan data ini merupakan modifikasi skala yang disusun oleh peneliti sebelumnya yaitu Tiaranita (2012) yang mengacu pada aspek-aspek yang disusun oleh Tangney, dll (2004). Aspek-aspeknya yaitu *Self Discipline, Deliberate/ Non Impulsive Action, Healthy Habits, Work Etic* dan *Reliability*. Skala kontrol diri tersebut merupakan skala likert yang memiliki rentang skor satu sampai empat dalam jumlah 31 aitem dengan sebaran aitem 11 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable*.

c. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melakukan pengambilan data, penelitian ini menggunakan uji coba alat ukur terlebih dahulu untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan untuk pengambilan data sesuai dengan apa yang akan diukur dalam penelitian ini. Setelah melakukan uji coba alat ukur terhadap skala kontrol diri dan skala kecanduan gim daring maka didapatkan data penelitian untuk pengambilan data yang sesungguhnya. Uji coba alat ukur dalam penelitian ini dilakukan untuk menyeleksi aitem dengan melihat hasil uji validitas dan reliabilitas alat ukur. Menurut Sudjana

(Matondang, 2009) validitas merupakan ketepatan alat ukur terhadap konsep yang diukur sehingga alat ukur benar-benar mengukur apa yang seharusnya diukur. Sedangkan reliabilitas adalah ketepatan alat ukur dalam menilai apa yang dinilai dalam melakukan penelitian. Maka dari itu sebelum pengambilan data, peneliti harus melakukan uji coba alat ukur yang menggunakan uji validitas dan reliabilitas dengan bantuan *software* SPSS versi 21.0.

d. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1) Skala Kecanduan Gim Daring

Berdasarkan hasil uji coba terhadap alat ukur skala kecanduan gim daring yang berjumlah 24 aitem dengan sebaran aitem 20 aitem *favourable* dan 4 aitem *unfavourable* pada 40 subjek, didapatkan 5 aitem yang dinyatakan gugur. Aitem-aitem tersebut gugur karena memiliki nilai validitas dibawa 0.312, aitem tersebut yaitu nomor 9, 13, 18, 23 dan 24. Sehingga didapatkan nilai validitas aitem yang berkisar 0,326 – 0,766 dan nilai hasil uji reliabilitas *cronbach alpha* (α) sebesar 0,875. Berikut adalah sebaran aitem skala kecanduan gim daring setelah dilakukan uji coba :

Tabel 3. Distribusi Aitem Skala Gim Daring *Addiction***Setelah Uji Coba**

Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
Pemain mengalami perasaan tidak menyenangkan ketika offline	12(11), 20(17)	21(18)	3
Pemain mengalami perasaan yang menyenangkan ketika daring	3, 4	22(19)	3
Perhatian hanya tertuju pada Gim daring	7, 13*, 16(14)		2
Penggunaan jumlah waktu yang semakin meningkat	15(13), 17(15)	23*,24*	2
Ketidakmampuan mengatur penggunaan Gim daring	1, 11(10), 18*	-	2
Berani mengambil resiko	2, 5, 6, 8, 14(12)	-	5
Penggunaan Gim daring sebagai sarana untuk melarikan diri dari masalah	9*, 10(9), 19(16)	-	2
Jumlah aitem	17	2	19

Catatan :***aitem gugur**

Angka dalam kurung () adalah nomor urutan butir yang baru setelah uji coba

2) Skala Kontrol Diri

Setelah dilakukan uji coba skala kontrol diri yang berjumlah 31 aitem dengan sebaran aitem 11 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable* pada 40 subjek, terdapat 15 aitem yang dinyatakan gugur. Aitem-aitem tersebut gugur karena memiliki validitas dibawa 0,31, aitem yang gugur tersebut yaitu aitem nomor 1, 7, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 22, 24, 26, 27, dan 30. Sehingga indeks validitas aitem pada skala kontrol diri

berkisar antara 0,357 – 0,749 dan hasil reliabilitas *cronbach alpha* (α) pada hasil uji coba sebesar 0,703. Berikut adalah sebaran aitem skala kontrol diri setelah dilakukan uji coba :

Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba

Skala	Nomor Butir <i>Favourable</i>	Nomor Butir <i>Unfavourable</i>	Jumlah
<i>Self-discipline</i>	5(4), 7*, 22*, 30*	8(6), 17*, 23(12), 29(15), 31(16)	5
<i>Non Impulsive Action</i>	1*, 24*	4(3), 9(7), 11*, 19*, 20(10), 25(13)	4
<i>Healthy Habits</i>	13*, 15*, 26*, 27*	2(1), 6(5), 14(9), 16*	3
<i>Work Ethic</i>	-	3(2), 21(11), 28(14)	3
<i>Reliability</i>	18*	10(8), 12*	1
Jumlah	1	15	16

Catatan :

***aitem gugur**

Angka dalam kurung () adalah nomor urutan butir yang baru setelah uji coba

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia dari berbagai macam fakultas dan angkatan mahasiswa sebagai subjek penelitian. Pada penelitian ini menggunakan subjek sejumlah 40 mahasiswa sebagai subjek untuk uji coba alat ukur dan sejumlah 100 mahasiswa sebagai subjek untuk pengambilan data. Pelaksanaan uji coba dalam penelitian ini dilakukan dengan penyebaran skala alat ukur menggunakan bantuan aplikasi *google form* yang dimulai pada tanggal 6

Maret 2018 hingga 11 April 2018. Sedangkan pada pelaksanaan penyebaran skala untuk pengambilan data terpakai dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *google form* pada tanggal 18 April 2018 hingga 21 Mei 2018 dengan penyebaran kuesioner pada aplikasi *google form* di komunitas *Rock Squad* pada tanggal 15 Mei hingga 18 Mei 2018, pengambilan data tersebut dibantu oleh anggota komunitas *Rock Squad* yang merupakan mahasiswa program studi psikologi angkatan 2014.

Alasan peneliti melakukan penyebaran skala uji coba dan pengambilan data menggunakan aplikasi *google form* adalah karena tidak semua mahasiswa Universitas Islam Indonesia bermain gim daring *smartphone* dan tidak semua mahasiswa yang bermain gim daring memiliki kecanduan serta tidak semua mahasiswa yang bermain gim daring dapat ditemui secara langsung dikampus karena banyak mahasiswa angkatan 2014 yang sudah tidak ada lagi jadwal kuliah, maka dari itu peneliti menggunakan bantuan aplikasi *google form* karena dapat dengan mudah langsung disebarkan kepada teman-teman yang memiliki komunitas atau grup yang memiliki kebiasaan bermain gim daring di *smartphone* yang sesuai dengan kriteria yang dilakukan dalam penelitian ini. Oleh sebab itu, keterbatasan waktu dan keterbatasan subjek menyebabkan peneliti tidak dapat melakukan penelitian secara langsung dalam penyebaran skala pada mahasiswa di tujuh fakultas yang ada di Universitas Islam Indonesia.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Indonesia. Berdasarkan dari pengambilan data terpakai, didapatkan data-data dengan gambaran umum mengenai subjek penelitian sebagai berikut :

Tabel 5. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	78	78%
Perempuan	22	22%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 5 mengenai deskripsi subjek dalam perbedaan jenis kelamin, maka diketahui bahwa mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini berjumlah 100 subjek, yang terdiri dari 78 subjek laki-laki dengan presentase sebesar 78% dan 22 subjek perempuan dengan presentase sebesar 22%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek yang mengisi kuesioner skala penelitian ini berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 6. Deskripsi Subjek Berdasarkan Tingkat Usia

Tingkat Usia	Jumlah	Persentase
<19 Tahun	13	13%
20 – 25 Tahun	86	86%
>25 Tahun	1	1%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 6 diatas mengenai tingkat usia subjek, maka diketahui bahwa mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini yaitu berjumlah 100 subjek, yang terdiri dari 13 subjek yang berusia dibawah 19 tahun dengan presentase 13%, lalu 86 subjek yang berusia antara 20 sampai 25 tahun dengan presentase 86% dan 1 subjek yang berusia diatas 25 tahun dengan presentase 1%. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat usia subjek yang mengisi kuesioner skala penelitian ini yaitu berusia 20 sampai 25 tahun.

Tabel 7. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jumlah Bermain Gim

daring Dalam Sehari

Jumlah Jam Bermain	Jumlah	Persentase
5 Jam	47	47%
6 - 10 Jam	42	42%
11 - 15 Jam	8	8%
16 - 20 Jam	1	1%
21 - 24 Jam	2	2%
Total	100	100%

Berdasarkan deskripsi subjek pada tabel 7 mengenai jumlah jam bermain gim daring, maka dapat diketahui bahwa subjek mahasiswa yang mengisi kuesioner skala penelitian ini berjumlah 100 subjek dengan jumlah jam bermain gim daring dalam sehari yang berbeda-beda. Pertama, mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah waktu 5 jam dalam sehari yang berjumlah 47 subjek dengan presentase 47%. Kedua, mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah

waktu 6 sampai 10 jam dalam sehari yang berjumlah 42 subjek dengan presentase 42%.

Kemudian, mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah waktu 11 sampai 15 jam dalam sehari yang berjumlah 8 subjek dengan presentase 8%. Lalu, ada juga mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah waktu 16 sampai 20 jam dalam sehari yang berjumlah 1 subjek dengan presentase 1% dan yang terakhir adalah mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah waktu 21 sampai 24 jam yang berjumlah 2 subjek dengan presentase 2%. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini memiliki waktu untuk bermain gim daring dengan berjumlah rata-rata 5 jam dalam sehari.

Tabel 8. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis *Smartphone*

Jenis <i>Smartphone</i>	Jumlah	Persentase
<i>Android</i>	77	77%
<i>Ios</i>	20	20%
<i>Android dan Ios</i>	1	1%
Ipad / Tab	2	2%
Total	100	100%

Berdasarkan pada tabel 8 diatas mengenai deskripsi subjek berdasarkan jenis *smartphone* yang digunakan oleh mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini, didapatkan hasil bahwa sebanyak 77 subjek yang menggunakan *smartphone Android* untuk bermain gim daring dengan presentase

77%. Kemudian ada juga mahasiswa yang menggunakan *smartphone Ios* yang berjumlah 20 subjek dengan presentase 20% dan ada mahasiswa yang menggunakan jenis *smartphone Android* dan *Ios* yang berjumlah 1 subjek dengan presentase 1%. Selain itu, ada juga mahasiswa yang menggunakan jenis *smartphone Ipad* atau *Tab* untuk bermain gim daring yang berjumlah 2 subjek dengan presentase 2%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini menggunakan jenis *smartphone Android* untuk bermain gim daring di *smartphone*.

Tabel 9. Deskripsi Subjek Berdasarkan Penggunaan Paket Data

Perbulan

Paket Data Perbulan	Jumlah	Persentase
Wifi	14	14%
< 1 gb	1	1%
1 – 20 Gb	54	54%
21 – 40 Gb	18	18%
41 – 60 Gb	2	2%
> 70 Gb	2	2%
Lainnya	9	9%
Total	100	100%

Berdasarkan deskripsi subjek pada tabel 9 mengenai penggunaan paket data selama satu bulan, maka dapat diketahui bahwa subjek mahasiswa yang mengisi kuesioner skala penelitian ini berjumlah 100 subjek dengan jumlah paket data yang dihabiskan untuk bermain gim daring dalam satu bulan yang berbeda-beda. Pertama, mahasiswa yang bermain gim daring dengan paket data yang menggunakan wifi dalam

sebulan yang berjumlah 14 subjek dengan presentase 14%. Kedua, mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah paket data kurang dari 1 gb yang digunakan selama satu bulan berjumlah 1 subjek dengan presentase 1%. Kemudian, mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah paket data antara 1 gb sampai 20 gb yang digunakan dalam satu bulan berjumlah 54 subjek dengan presentase 54%. Lalu, ada juga mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah paket data antara 21 gb sampai 40 gb yang digunakan dalam waktu satu bulan yang berjumlah 18 subjek dengan presentase 18%.

Selanjutnya ada juga mahasiswa yang bermain gim daring dengan jumlah paket data antara 41 gb sampai 60 gb yang digunakan dalam waktu satu bulan yang berjumlah 2 subjek dengan presentase 2% dan mahasiswa yang menggunakan paket data melebihi 70 gb untuk bermain gim daring selama satu bulan berjumlah 2 subjek dengan presentase 2%. Kemudian yang terakhir adalah mahasiswa yang menggunakan paket data dengan menghabiskan uang sebesar Rp. 50.000, Rp. 65.000, hingga Rp. 100.000 yang digunakan untuk bermain gim daring dalam waktu satu bulan yaitu berjumlah 9 subjek dengan presentase 9%. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini memiliki jumlah penggunaan paket data sebesar 1 gb hingga 20 gb yang dihabiskan selama satu bulan untuk bermain gim daring.

Tabel 10. Deskripsi Subjek Berdasarkan Awal Mulai Bermain Gim daring

Mulai Bermain gim daring	Jumlah	Persentase
TK	8	8%
SD	20	20%
SMP	28	28%
SMA	13	13%
Kuliah	31	31%
Total	100	100%

Berdasarkan deskripsi subjek pada tabel 10 mengenai awal mulai bermain gim daring, maka dapat diketahui bahwa subjek mahasiswa yang mengisi kuesioner skala penelitian ini berjumlah 100 subjek dengan awal mulai bermain gim daring yang berbeda-beda. Pertama, mahasiswa yang bermain gim daring sejak TK berjumlah 8 subjek dengan presentase 8%. Kedua, mahasiswa yang bermain gim daring sejak di bangku Sekolah Dasar berjumlah 20 subjek dengan presentase 20%. Kemudian, mahasiswa yang bermain gim daring sejak di bangku Sekolah Menengah Pertama dengan berjumlah 28 subjek dengan presentase 28%. Lalu, ada juga mahasiswa yang bermain gim daring sejak berada di bangku Sekolah Menengah Atas yang berjumlah 13 subjek dengan presentase 13%. Selanjutnya, mahasiswa yang bermain gim daring sejak kuliah berjumlah 31 subjek dengan presentasi 31%. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini mulai bermain gim daring ketika mereka kuliah.

Tabel 11. Deskripsi Subjek Berdasarkan Nama Gim daring

Nama gim daring	Jumlah	Persentase
<i>Mobile Legend</i>	66	66%
<i>Rules Of Survival</i>	5	5%
<i>Arena Of Valor</i>	5	5%
<i>Player Unknowns Battle Grounds</i>	2	2%
Main Semua	11	11%
Lainnya	11	11%
Total	100	100%

Berdasarkan deskripsi subjek pada tabel 11 diatas, maka dapat diketahui bahwa subjek mahasiswa yang mengisi kuesioner skala penelitian ini berjumlah 100 subjek dengan nama gim daring yang berbeda-beda. Pertama, mahasiswa yang bermain gim daring *Mobile Legend* berjumlah 66 subjek dengan presentase 66%. Kedua, mahasiswa yang bermain gim daring *Rules Of Survival* yang berjumlah 5 subjek dengan presentase 5%. Kemudian, mahasiswa yang bermain gim daring *Arena Of Valor* yang berjumlah 5 subjek dengan presentase 5%. Lalu, ada juga mahasiswa yang bermain gim daring *Player Unknowns Battle Grounds* yang berjumlah 2 subjek dengan presentase 2%. Selanjutnya ada juga mahasiswa yang bermain gim daring *Mobile Legend*, *Rules Of Survival*, *Arena Of Valor* Dan *Player Unknowns Battle Grounds* yang berjumlah 11 subjek dengan presentase 11% dan yang terakhir mahasiswa yang bermain gim daring seperti *Ayo Dance*, *Point Blank*, *Line Rich Get Rich* dan *Supercell* yang berjumlah 11 subjek dengan presentase 11%. Maka dari itu, dapat disimpulkan

bahwa mayoritas subjek mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang mengisi kuesioner skala penelitian ini bermain gim daring *smartphone* bernama *Mobile Legend*.

2. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran secara umum mengenai data penelitian dan ungsi dasar statistic pada variabel kecanduan gim daring dan kontrol diri. Tabel 12 berikut merupakan gambaran dasar statistic pada kedua variabel :

Tabel 12. Deskripsi Statistik Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	<i>SD</i>	<i>Mean</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	<i>SD</i>	<i>Mean</i>
Kecanduan								
Gim Daring	19	76	9.5	47.5	26	72	9.08809	44.85
Kontrol								
Diri	16	64	8	40	21	61	8.38650	39.90

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa pada variabel kecanduan gim daring memiliki *mean* hipotetik lebih tinggi daripada *mean* empirik yang berarti bahwa subjek memiliki tingkat kecanduan gim daring yang lebih rendah dari rata-rata. Sedangkan untuk variabel kontrol diri juga memiliki *mean* hipotetik yang lebih tinggi daripada *mean* empirik yang berarti bahwa subjek memiliki tingkat kontrol diri yang lebih rendah dari rata-rata.

Pada penelitian ini juga dilakukan analisis data penelitian untuk dapat mengetahui keadaan subjek berdasarkan kategori pada setiap variabel. Kategori yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kategori tinggi rendahnya kecanduan gim daring dan kontrol diri pada

mahasiswa Universitas Islam Indonesia. Tabel 13 berikut ini merupakan rumus norma kategorisasi pada variabel kecanduan gim daring dan kontrol diri :

Tabel 13. Kriteria Kategorisasi Skala Kecanduan Gim Daring Dan Skala Kontrol Diri

Kategorisasi	Rumus Norma
Sangat Rendah	$X < (\mu H - 1.8 \sigma H)$
Rendah	$(\mu H - 1.8 \sigma H) \leq X \leq (\mu H - 0.6 \sigma H)$
Sedang	$(\mu H - 0.6 \sigma H) < X \leq (\mu + 0.6 \sigma H)$
Tinggi	$(\mu H + 0.6 \sigma H) < X \leq (\mu + 1.8 \sigma H)$
Sangat Tinggi	$X > (\mu H + 1.8 \sigma H)$

Keterangan:

X = Skor total

μH = Mean hipotetik

σH = Standar deviasi hipotetik (SD)

Berdasarkan tabel 13 diatas mengenai norma kategorisasi, maka peneliti kemudian mengelompokkan menjadi lima kategori berdasarkan norma diatas. Berikut ini merupakan tabel kategorisasi tiap variabel berdasarkan norma kategorisasi :

a. Kecanduan Gim daring

Berdasarkan tabel 13 norma kategorisasi diatas, maka peneliti memperoleh kategorisasi skor kecanduan gim daring sebagai berikut:

Tabel 14. Kategorisasi Skor Kecanduan Gim daring

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi	Kecanduan Gim Daring	
		F	%
Sangat Rendah	$X < 30.4$	5	5%
Rendah	$30.4 \leq X \leq 41.8$	32	32%
Sedang	$41.8 < X \leq 53.2$	49	49%
Tinggi	$53.2 < X \leq 64.6$	11	11%
Sangat Tinggi	$X > 64.6$	3	3%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel 14 diatas didapatkan hasil kategorisasi skor kecanduan gim daring pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia bahwa terdapat 5 subjek yang memiliki skor kecanduan gim daring yang sangat rendah dengan presentase 5%. Kemudian terdapat 32 subjek yang memiliki skor kecanduan gim daring yang rendah dengan presentase 32% dan ada 49 subjek yang memiliki skor kecanduan gim daring yang sedang dengan presentase 49%. Lalu ada juga 11 subjek yang memiliki skor kecanduan gim daring yang tinggi dengan presentase 11% serta ada 3 subjek mahasiswa yang memiliki skor kecanduan gim daring yang sangat tinggi dengan presentase 3%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi skor kecanduan gim daring maka akan semakin tinggi pula tingkat kecanduan gim daring pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia.

b. Kontrol Diri

Berdasarkan tabel 13 norma kategorisasi diatas, maka peneliti memperoleh kategorisasi skor kontrol diri sebagai berikut :

Tabel 15. Kategorisasi Skor Kontrol Diri

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi	Kontrol Diri	
		F	%
Sangat Rendah	$X < 25.6$	0	0%
Rendah	$25.6 \leq X \leq 35.2$	30	30%
Sedang	$35.2 < X \leq 44.8$	42	42%
Tinggi	$44.8 < X \leq 54.4$	20	20%
Sangat Tinggi	$X > 54.4$	6	6%
Total		100	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi skor kontrol diri diatas dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi skor kontrol diri maka semakin tinggi pula kontrol diri mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang memiliki kecanduan gim daring. Berdasarkan data yang telah didapatkan diatas dapat dilihat bahwa tidak ada subjek yang memiliki skor kontrol diri yang sangat rendah. Kemudian terdapat 30 subjek yang memiliki skor kontrol diri yang rendah dengan presentase 30% dan ada 42 subjek yang memiliki skor kontrol diri yang sedang dengan presentase 42%. Lalu ada juga 20 subjek yang memiliki skor kontrol diri yang tinggi dengan presentase 20% serta ada 6 subjek mahasiswa yang memiliki skor kontrol diri yang sangat tinggi dengan presentase 6%.

3. Uji Asumsi

Sebuah penelitian seharusnya dilakukan uji asumsi untuk menganalisis penelitian sebelum menguji hipotesis penelitian. Terdapat dua uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini, yang pertama yaitu uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui sebaran data yang normal dan yang tidak normal. Sedangkan yang kedua yaitu uji linearitas yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang lurus atau tidak lurus antara variabel independen dan variabel dependen. Uji asumsi dalam penelitian ini menggunakan bantuan *software* SPSS versi 21.0.

a. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas untuk mengetahui sebaran data yang normal dan yang tidak normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov* dengan dasar pengambilan keputusan jika $p > 0.05$ maka data tersebar secara normal, sedangkan jika $p < 0.05$ maka data tersebar secara tidak normal. Hasil uji normalitas pada penelitian ini yaitu :

Tabel 16. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Skor K-SZ	P	Keterangan
Kecanduan Gim Daring	0.066	0.200	Normal
Kontrol Diri	0.088	0.055	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 16 diatas, menunjukkan bahwa variabel kecanduan gim daring memiliki skor (K-SZ) = 0.066 dengan $p = 0.200$ ($p > 0,05$), sedangkan pada variabel kontrol diri didapatkan hasil skor (K-SZ) = 0.088 dengan $p = 0.055$ ($p > 0,05$). Data hasil uji normalitas dapat dikatakan normal apabila memiliki nilai $p > 0,05$ dan data dikatakan tidak normal apabila memiliki nilai $p < 0,05$. Dari analisis data diatas dapat dikatakan bahwa data yang diperoleh dalam penelitian ini dengan skala kecanduan gim daring dan skala kontrol diri terdistribusi **normal** karena nilai $p > 0,05$.

b. Uji Linearitas

Pada penelitian ini menggunakan uji linearitas untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang lurus antara variabel independen dan variabel dependen. Dasar pengambilan keputusan pada uji linearitas penelitian ini adalah jika $p < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa antara variabel independen dan variabel dependen memiliki hubungan yang linier, sedangkan jika $p > 0,05$ maka dikatakan bahwa antara variabel independen dan variabel dependen memiliki hubungan yang tidak linier. Berikut ini adalah hasil uji linearitas dalam penelitian ini :

Tabel 17. Hasil Uji Linearitas

Variabel		F	Sig.	Keterangan
Kecanduan	F Linearity	35.694	0.000	Linier
Gim daring dan Kontrol Diri	F Deviation From Linearity	0.778	0.7759	Linier

Berdasarkan tabel 17 diatas didapatkan hasil uji linearitas terhadap variabel kecanduan gim daring dan variabel kontrol diri yang memiliki nilai $F = 35.694$ dengan nilai sig. 0.000 ($p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan antara kedua variabel bersiat **linier atau lurus**.

c. Uji Beda

Uji beda pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan antara hubungan variabel dependen dan independen dengan jumlah jam yang digunakan subjek untuk bermain gim daring serta perbedaan antara hubungan variabel dependen dan independen dengan awal mulai subjek bermain gim daring. Dasar pengambilan keputusan pada uji beda penelitian ini adalah jika nilai signifikansi < 0.05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan antara hubungan dependen dan independen dengan apa yang diukur, sedangkan jika nilai signifikansi > 0.05 maka dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan antara hubungan dependen dan independen dengan apa yang diukur. Berikut ini adalah hasil uji beda dalam penelitian ini :

Tabel 18. Hasil Uji Beda Berdasarkan Jumlah Jam Bermain Gim Daring

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kecanduan Gim Daring	2.831	0.013	Ada Perbedaan
Kontrol Diri	1.995	0.874	Tidak Ada Perbedaan

Berdasarkan hasil dari pengolahan data menggunakan *One-way Anova* yang dilihat berdasarkan jumlah jam yang digunakan subjek untuk bermain gim daring. Pada variabel kecanduan gim daring diketahui skor $F = 2.831$ dan nilai $\text{sig.} = 0.013$ ($p < 0.05$), hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecanduan gim daring yang signifikan antara jumlah jam bermain gim daring yang digunakan subjek selama 5 sampai 24 jam. Selain itu, pada variabel kontrol diri diketahui skor $F = 1.995$ dan nilai $\text{sig.} = 0.049$ ($p < 0.05$), hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kontrol diri yang signifikan antara jumlah jam bermain gim daring yang digunakan subjek selama 5 sampai 24 jam.

Tabel 19. Hasil Uji Beda Variabel Kecanduan Gim Daring Berdasarkan Jumlah Jam Bermain Gim Daring

Jumlah Jam Bermain Gim Daring	Jumlah Subjek	Mean
5 Jam	47	42.4681
Lebih dari 5 Jam	53	46.9623
Jumlah	100	44.8500

Berdasarkan tabel 19 diatas hasil dari pengolahan uji beda menggunakan *One-way Anova* terhadap variabel kecanduan gim daring dengan jumlah jam bermain gim daring menunjukkan bahwa subjek yang bermain gim daring lebih dari 5 jam dalam sehari sebanyak 53 subjek dengan nilai *mean* sebesar 46.9623 yang memiliki tingkat kecanduan gim daring yang lebih tinggi dibanding subjek yang bermain gim daring selama 5 jam dalam sehari sebanyak 47 subjek dengan nilai *mean* sebesar 42.4681 yang memiliki tingkat kecanduan gim daring yang lebih rendah.

Tabel 20. Hasil Uji Beda Berdasarkan Awal Mulai Bermain Gim Daring

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kecanduan Gim Daring	0.754	0.558	Tidak Ada Perbedaan
Kontrol Diri	1.607	0.179	Tidak Ada Perbedaan

Berdasarkan hasil dari pengolahan data menggunakan *One-way Anova* yang dilihat berdasarkan awal mulai subjek bermain gim daring. Pada variabel kecanduan gim daring diketahui skor F = 0.754 dan nilai sig. = 0.558 ($p > 0.05$), hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecanduan gim daring yang signifikan antara awal mulai bermain gim daring yang dilakukan subjek dari TK sampai kuliah. Selain itu, pada variabel kontrol diri diketahui skor F = 1.607 dan nilai sig. = 0.179 ($p > 0.05$), hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kontrol diri yang

signifikan antara awal mulai bermain gim daring yang dilakukann subjek dari TK sampai kuliah.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam sebuah penelitian dilakukan setelah didapatkan hasil uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Peneliti melakukan uji hipotesis untuk mengetahui gambaran data sebuah populasi dari subjeknya yang sudah cukup kuat. Dari hasil uji asumsi yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa kedua variabel tersebar secara normal dan memiliki hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang linear, maka dari itu peneliti akan melakukan uji hipotesis untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel dengan menggunakan analisis *pearson*. Berikut ini adalah hasil uji hipotesis dalam penelitian ini :

Tabel 21. Hasil Uji Hipotesis Korelasi *Pearson*

Variabel	Pearson		Keterangan
	r	Sig.	
Kecanduan Gim Daring dan Kontrol Diri	-0.531	0.000	Sangat Signifikan

Berdasarkan tabel 21 diatas menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara variabel kecanduan gim daring dan kontrol diri memiliki nilai sebesar -0,531 dengan sig. 0.000 ($p < 0,01$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan. Dari data tersebut membuktikan bahwa hipotesis adanya

hubungan antara kontrol diri dan kecanduan gim daring pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia **Diterima**.

D. Pembahasan

Penelitian mengenai hubungan antara kontrol diri dan kecanduan gim daring pada *smartphone* dikalangan mahasiswa Universitas Islam Indonesia ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dan kecanduan gim daring pada mahasiswa. Hasil analisis yang peneliti lakukan menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan antara kecanduan gim daring dan kontrol diri dengan nilai $r = -0.531$ dengan $\text{sig.} = 0.000$ ($p < 0.01$). Sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima karena semakin tinggi tingkat kecanduan gim daring maka semakin rendah tingkat kontrol diri, sebaliknya jika semakin rendah tingkat kecanduan gim daring maka semakin tinggi tingkat kontrol diri pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Wulandari (2015) yang memiliki hasil korelasi sebesar 0,896 bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan gim daring pada remaja.

Hasil analisis lain yang peneliti lakukan ditunjukkan pada tabel 15 mengenai skor kecanduan gim daring bahwa terdapat 5 subjek (5%) yang memiliki skor kecanduan gim daring yang sangat rendah. Kemudian terdapat 32 subjek (32%) yang memiliki skor kecanduan gim daring yang rendah dan ada 49 subjek (49%) yang memiliki skor kecanduan gim daring

yang sedang. Lalu sebanyak 11 subjek (11%) yang memiliki skor kecanduan gim daring yang tinggi serta ada 3 subjek (3%) mahasiswa yang memiliki skor kecanduan gim daring yang sangat tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa Universitas Islam Indonesia memiliki kecanduan gim daring yang berada pada tingkat sedang. Sedangkan minoritas mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang memiliki kecanduan gim daring berada pada tingkat yang sangat tinggi. Tingkat kecanduan gim daring mahasiswa yang tinggi menunjukkan bahwa kurangnya kontrol diri mahasiswa dalam mengatur waktu yang dimilikinya dan kurangnya mengatur kegiatan di kampus.

Menurut Smart (2010) kurangnya perhatian dari orang-orang terdekat, depresi, kurangnya kontrol diri, kurangnya kegiatan, keadaan lingkungan yang kurang baik, dan kesalahan pola asuh dapat menyebabkan tingginya tingkat kecanduan gim daring. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecanduan gim daring tersebut harus benar-benar diperhatikan, terutama dalam kontrol diri mahasiswa yang dapat menyebabkan tingkat kecanduan gim daring yang sangat tinggi karena sesuatu yang menyenangkan akan terus-menerus dilakukan tanpa memikirkan efek buruk yang terjadi dalam dirinya.

Sedangkan untuk sebaran data subjek pada variabel kontrol diri menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang memiliki skor kontrol diri yang sangat rendah. Kemudian terdapat 30 subjek (30%) yang memiliki skor kontrol diri yang rendah dan ada 42 subjek (42%) yang memiliki skor

kontrol diri yang sedang. Lalu ada juga 20 subjek (20%) yang memiliki skor kontrol diri yang tinggi serta ada 6 subjek (6%) mahasiswa yang memiliki skor kontrol diri yang sangat tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa Universitas Islam Indonesia memiliki tingkat kontrol diri yang sedang sedangkan minoritas kontrol diri mahasiswa Universitas Islam Indonesia berada pada tingkat yang sangat tinggi. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang mengisi kuesioner skala penelitian ini sudah memiliki kontrol diri yang baik. Hal tersebut sesuai dengan yang dikatakan oleh Tangney, dll (2004) bahwa individu yang mampu melakukan disiplin diri, melakukan tindakan dengan timbangan tertentu, memiliki kebiasaan hidup yang memiliki dampak menyehatkan bagi dirinya, memberikan perhatian secara penuh terhadap suatu pekerjaan dan mampu mengatur perilakunya untuk mewujudkan pencapaian tertentu akan dapat mengontrol perilaku dirinya dengan baik. Sehingga dapat dikatakan jika mahasiswa yang mampu mengatur dan mengarahkan dirinya dengan baik akan meningkatkan kontrol perilaku pada dirinya.

Selanjutnya untuk analisis uji beda pada variabel kecanduan gim daring dengan jumlah jam bermain gim daring didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan antara subjek yang bermain gim daring lebih dari 5 jam dalam sehari dengan nilai *mean* sebesar 46.9623 yang memiliki tingkat kecanduan gim daring yang lebih tinggi dibanding subjek yang bermain gim daring selama 5 jam dalam sehari dengan nilai *mean* sebesar 42.4681 yang memiliki tingkat kecanduan gim daring yang lebih rendah..

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ningtyas (2012) mengenai hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* pada mahasiswa yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan *internet addiction* pada mahasiswa. Semakin rendah *self control* maka semakin tinggi *internet addiction*. Artinya mahasiswa kurang mampu mengontrol perilaku dalam bermain internet yang berlebihan, kurang mampu dalam mengambil keputusan atau suatu tindakan yang cukup baik terhadap internet.

Selain itu juga sesuai pada penelitian yang dilakukan oleh Griffith, dll (2010) mengenai kecanduan gim daring terkait perilaku mencari sensasi, kontrol diri, gangguan neuroticism, agresi, dan perilaku kecemasan yang menunjukkan bahwa kontrol diri berkorelasi negatif dengan kecanduan gim daring. Dalam penelitian ini dikatakan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi gim daring karena permainan dalam gim daring mudah untuk dimainkan oleh pemainnya sehingga menyebabkan para pemain kehilangan kontrol dirinya ketika menggunakan waktu untuk bermain gim daring.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dijelaskan, dapat diketahui bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima artinya terdapat hubungan antara kontrol diri dan kecanduan gim daring pada *smartphone* di kalangan mahasiswa Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Oleh karena itu, mahasiswa yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah akan memiliki tingkat kecanduan yang sangat tinggi dan

mahasiswa yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi akan memiliki tingkat kecanduan yang rendah karena mahasiswa dapat mengontrol dengan baik kebiasaan yang menyenangkan yang memberikan efek buruk bagi kehidupannya.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini memiliki beberapa kekurangan dan kelemahan yang sangat disadari. Kelemahan dalam penelitian ini yaitu kurangnya waktu yang dimiliki subjek sehingga tidak bisa bertemu secara langsung yang dapat mengakibatkan kurangnya ketidak-jelasan mengenai cara dan maksud dari pernyataan pengisian alat ukur sehingga mempengaruhi hasil analisis alat ukur pada penelitian. Kelemahan selanjutnya yaitu peneliti belum menentukan secara spesifik mahasiswa yang benar-benar mengalami tingkat kecanduan, apakah mahasiswa yang kecanduan bermain gim daring akan bermain dalam waktu 5 jam, 10 jam, 15 jam atau 24 jam.

Maka dari itu, harapan untuk peneliti selanjutnya yaitu dapat benar-benar memiliki waktu untuk bisa bertemu secara langsung dengan subjek sehingga tidak ada kesalahpahaman dalam pengisian alat ukur yang dapat mempengaruhi hasil penelitian dan dapat menjelaskan setiap pernyataan yang tidak dimengerti oleh subjek, serta lebih menjelaskan mahasiswa mana yang benar-benar mengalami tingkat kecanduan yang tinggi dalam bermain gim daring.