

**GAMBARAN SELF CONTROL REMAJA YANG
MENGALAMI KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE
LEGENDS DI DESA GROBOGAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar

Sarjana Sosial



Disusun Oleh :

ADITYA YUDA PRASETYA

NIM. 17.12.2.1.121

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

2022

**GAMBARAN SELF CONTROL REMAJA YANG
MENGALAMI KECANDUAN GAME ONLINE MOBILE
LEGENDS DI DESA GROBOGAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar

Sarjana Sosial



Disusun Oleh :

ADITYA YUDA PRASETYA

NIM. 17.12.2.1.121

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

2022

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aditya Yuda Prasetya
NIM : 171221121
Tempat, Tanggal Lahir : Karanganyar, 4 September 1998
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Alamat : Krambilan, RT.2/5 Malangjiwan Colomadu
Judul Skripsi : Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami
Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa
Grobogan Colomadu

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya sendiri, jika dikemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 12 Desember 2022

Penulis



Aditya Yuda Prasetya

Dr. H. Kholilurrohman, M.Si.

DOSEN PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdr. Aditya Yuda Prasetya

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

UIN Raden Mas Said Surakarta

di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi saudara:

Nama : Aditya Yuda Prasetya

Nim : 171221121

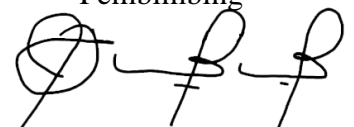
Judul : *Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends* di Desa Grobogan Colomadu

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada Sidang Munaqosah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 12 Desember 2022

Pembimbing



Dr. H. Kholilurrohman, M.Si.
NIP. 19741225 200501 1 005

HALAMAN PENGESAHAN

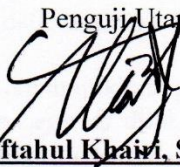
**GAMBARAN *SELF CONTROL* REMAJA YANG MENGALAMI
KECANDUAN *GAME ONLINE MOBILE LEGENDS* DI DESA
GROBOGAN COLOMADU**

Disusun Oleh:

Aditya Yuda Prasetya
NIM. 17.12.21.121

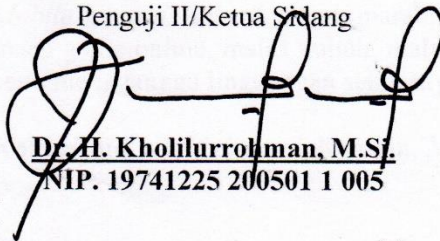
Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Pada hari Senin Tanggal 12 Desember 2022
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
Surakarta, 23 Desember 2022

Penguji Utama



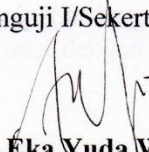
Alfin Miftahul Khairi, S.Sos.I., M.Pd.
NIP. 19890518 201903 1 004

Penguji II/Ketua Sidang



Dr. H. Kholilurrohmah, M.Si.
NIP. 19741225 200501 1 005

Penguji I/Sekretaris Sidang



Angga Eka Yuda Wibowo, M.Pd.
NIP. 19880317 201801 1 001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Raden Mas Said Surakarta



Dr. H. Kholilurrohmah, M.Ag.
NIP. 19741225 200501 1 005

ABSTRAK

Aditya Yuda Prasetya (17.12.21.121). *Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu.* Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2022.

Remaja yang mengalami kecanduan game online mobile legends sering di jumpai di kalangan masyarakat. Mengamati remaja tersebut bahwa menurut mereka bermain game itu hanya mengisi waktu luang saja dan mencari kesibukan supaya tidak terlalujenuh, namun dari pengamatan peneliti selama melakukan observasi langsung ke desa Grobogan, peneliti melihat remaja-remaja tersebut banyak waktu keseharian mereka menghabiskan dengan hanya bermain game *Mobile legends* sampai lupa kebutuhan dan kewajiban-kewajiban mereka sebagai seorang remaja, kemudian sampai membuat mereka tidak stabil mengontrol dirinya seperti berkata kotor, sampai emosi memarahi dirisendiri dan tidak bisa mengontrol sikap terhadap lingkungan sekitarnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Subyek dalam penelitian ini adalah remaja sampai dewasa akhir di Desa Grobogan Colomadu. Teknik pengumpulan data dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Metode keabsahan data yang digunakan dengan teknik triangulasi sumber dan waktu. Metode analisis data yang digunakan dengan teknik analisis data mengalir yaitu dengan cara pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan gambaran *Self Control* pada remaja pecandu *game online Mobile Legends* dilakukan dengan menggunakan beberapa aspek seperti kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol pengambilan keputusan (*desicional control*). Hal ini dilakukan untuk mengetahui kebiasaan buruk yang dilakukan remaja pecandu *game online Mobile Legends* seperti marah-marah, malas melakukan kegiatan selain bermain maen game online, malas kuliah, malas bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, serta mengganggu lingkungan sekitarnya.

Kata Kunci : *Self Control, Remaja, Mobile Legends*

ABSTRAC

Aditya Yuda Prasetya (17.12.21.121). *Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu.* Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Raden Mas Said State Islamic University Surakarta, 2022.

Teenagers who are addicted to mobile legends online games are often encountered in the community. Observing the teenagers that according to them playing games is just to fill their spare time and looking for busyness so they are not too bored, but from the observations of the researchers during direct observations to the village of Grobogan, the researchers saw that the teenagers spent a lot of their daily time just playing mobile games. legends to the point of forgetting their needs and obligations as a teenager, then to the point of making them unstable to control themselves such as saying dirty words, to angering themselves and unable to control their attitude towards the surrounding environment.

This study uses a qualitative approach. The subjects in this study were adolescents to late adults in Grobogan Colomadu Village. Data collection techniques with observation techniques, interviews, and documentation. Data validity method used with source and time triangulation techniques. The data analysis method used is a flowing data analysis technique, namely by collecting data, reducing data, presenting data, and drawing conclusions.

The results of this study show that self-control in adolescents who are addicted to the online game Mobile Legends is carried out using several aspects such as behavioral control, cognitive control, and decision-making control. This is done to find out the bad habits of teenagers who are addicted to online games such as being angry, lazy to do activities other than playing online games, lazy to study, lazy to socialize with the surrounding environment, and disturbing the surrounding environment.

Keywords: Self Control, Teenager, Mobile Legends

MOTTO

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan salat sebagai penolongmu,
sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(Q.S Al Baqoroh: 153)

“Semua impian kita bisa menjadi kenyataan, jika kita memiliki keberanian untuk
mengejarinya”

(Walt Disney)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur Alhamdulillah segala nikmat dan karunia Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya ini penulis persembahkan untuk:

1. Allah SWT, yang senantiasa mencurahkan nikmat serta karunia yang tiada henti.
2. Nabi Muhammad Shalallahu'alaihi Wasalam, semoga sholawat serta salam bersambung kepada keluarga dan para sahabat-sahabat Rosulullah.
3. Orang tua tercinta Almarhum Bapak Muh. Arief Tri Susilo, Almarhum Kakung Subino, Ibu Kiky Sri Rejeki, Uti Sri Sutyastuti dan Adik Elsa Marcela yang selalu memberikan kasih sayang, semangat, dukungan material serta doa yang selalu diberikan untuk anaknya dalam menempuh pendidikan khususnya dan kebaikan bagi anaknya.
4. Yustika Amalia Lanjarsari calon istri saya yang telah mendampingi saya dalam mengerjakan skripsi. Menjadi support system yang sangat baik.
5. Sahabat-sahabat terbaik saya yang selalu memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi, Jibril dan Ema.
6. Almamaterku, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, bahwa atas taufiq dan hidayahNya maka penulis dapat menjelaskan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga tetap tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta sahabat dan keluarga.

Skripsi yang berjudul *Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu* disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta.

1. Prof. Dr. H. Mudofir, S.Ag., M.Pd., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Dr. Islah, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
3. Dr. Agus Wahyu Triatmo, S.Ag., M.Pd selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
4. Dr. H. Kholilurrohman, M.Si. selaku pembimbing skripsi yang bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memeberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Alfin Miftahul Khairi, S.Sos.I., M.Pd. selaku dosen dan penguji I yang telah menguji serta memberikan saran dan kritik sehingga skripsi ini bisa lebih baik kedepannya.

6. Angga Eka Yuda Wibowo, M.Pd. selaku dosen dan penguji II yang telah menguji serta memberikan saran dan kritik yang membangun sehingga skripsi ini bisa lebih baik.
7. Staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan pelayanan dengan baik.
8. Teman-teman BKI angkatan 2017 terutama BKI D yang telah banyak memberikan kenangan selama ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak yang membutuhkannya.

Surakarta, 12 Desember 2022
Yang Menyatakan

Aditya Yuda Prasetya
17.12.21.121

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
ABSTARK	vi
ABSTRAC.....	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan penelitian.....	10
F. Kegunaan Penelitian.....	11
1. Kegunaan Teoritis	11
2. Kegunaan Praktis.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	12

A. Kajian Teori.....	12
1. Self Control	12
a. Pengertian Self Control	12
b. Aspek Self Control	15
c. Faktor Self Control.....	17
d. Fungsi Self Control.....	20
e. Hambatan Self Control.....	21
f. Self Control Pada Remaja	23
2. Remaja Pecandu Game Online Mobile Legends.....	24
a. Remaja	24
1. Pengertian Remaja	24
2. Ciri-ciri remaja.....	27
3. Aspek Perkembangan Remaja	32
4. Pengelompokan Remaja	34
5. Masalah yang Muncul Pada Remaja.....	38
b. Pengertian Kecanduan Game Online.....	41
1. Pengertian Kecanduan	41
2. Kriteria Tingkah Laku Kecanduan	42
3. Pengertian Kecanduan Game Online.....	44
4. Indikator Kecanduan	46
5. Penyebab Kecanduan Game Online	47
6. Gejala Kecanduan Game Online.....	49
7. Aspek Kecanduan Game Online	50

8. Efek Kecanduan Game Online	52
9. Pengaruh Game Online Bagi Remaja	65
c. Game Online Mobile Legends	62
1. Pengertian Game	62
2. Pengertian Mobile Legend	63
B. Penelitian Relevan	65
C. Kerangka Berfikir	69
BAB III METODE PENELITIAN	72
A. Tempat dan Waktu Penelitian	72
1. Tempat Penelitian.....	72
2. Waktu Penelitian	72
B. Pendekatan Penelitian	72
C. Sumber Data.....	74
1. Data Primer	74
2. Data Sekunder	75
D. Subjek dan Objek Penelitian	75
E. Teknik Pengumpulan Data.....	77
1. Observasi.....	77
2. Wawancara.....	77
3. Dokumentasi.....	77
F. Teknik Keabsahan Data	78
G. Teknik Analisis Data.....	79
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	81

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	81
B. Temuan Penelitian	82
1. Informasi Penelitian	82
2. Masalah Yang Ditemui.....	83
3. Aspek Kontrol Diri	84
4. Faktor <i>Self Control</i>	86
C. Analisis Pembahasan.....	87
BAB V PENUTUP	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN.....	103
LAMPIRAN 1 Guide Wawancara.....	103
LAMPIRAN 2 Guide Observasi	104
LAMPIRAN 3 Laporan Hasil Observasi.....	105
LAMPIRAN 4 Verbatime Wawancara.....	107
LAMPIRAN 5 Dokumentasi	120
LAMPIRAN 6 Surat Pernyataan Kesiediaan Responden.....	121
LAMPIRAN 7 Daftar Riwayat Hidup	123

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode dimana individu meninggalkan masa anak-anak ke masa dewasa. Oleh sebab itu periode remaja dapat dikatakan periode masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini individu banyak mengalami tantangan dalam proses perkembangan, baik dalam diri maupun dari luar terutama lingkungan sosial. Batasan seorang remaja dimulai dari usia tiga belas sampai dengan dua puluh satu tahun. Periodisasi remaja terbagi menjadi tiga bagian yakni remaja awal (early adolescence; 13-15 tahun), remaja tengah (middle adolescence; 16- 18 tahun), dan remaja akhir (late adolescence; 19-21 tahun).

Pergaulan remaja saat ini perlu mendapat sorotan yang utama, karena pada masa sekarang pergaulan remaja sangat mengkhawatirkan dikarenakan perkembangan arus modernisasi yang mendunia dan menipisnya moral serta keimanan seseorang terutama remajanya pada saat ini. Ini sangat mengkhawatirkan bangsa karena di tangan generasi mudalah bangsa ini akan dibawa, baik buruknya bangsa ini sangat bergantung pada generasi muda (Jahja, 2011). Perkembangan remaja banyak yang tidak sesuai dengan tugas perkembangannya seperti di era globalisasi saat ini. Ini disebabkan karena banyak faktor, salah satunya kemajuan ilmu

pengetahuan dan teknologi. Teknologi informasi yang sering digunakan oleh remaja seperti *Handphone*, laptop dan sejenisnya yang berhubungan dengan media satu kedia lainnya seperti video *call* dan media sosial.

Sebuah penelitian nasional mempelajari lebih dalam kebiasaan anak-anak dan remaja terhadap media, dengan mensurvei lebih dari 2.200 anak dan remaja dari usia delapan hingga delapan belas tahun, penelitian ini menjelaskan bahwa remaja sekarang dikelilingi oleh media. Remaja menghabiskan lebih kurang dua jam sehari bersama orang tua, serta hanya lima puluh menit sehari untuk mengerjakan pekerjaan rumah. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini sangat mendominasi kalangan masyarakat terutama kalangan remaja apa lagi *game* yang sudah marak (W Santrock, 2011).

Tren utama dalam penggunaan teknologi adalah peningkatan dramatis pada media multitugas. Perkiraan terbaru mengidekasikan bahwa ketika media multitugas diperhitungkan, anak usia delapan hingga delapan belas tahun menggunakan media rata-rata delapan jam perhari. Dalam beberapa kasus multitugas media seperti mengirim sms, mendengarkan musik melalui ipod, dan mengupdate situs youtube dan game dilakukan berbarengan dengan mengerjakan pekerjaan rumah.

Permainan atau game merupakan salah satu alat hiburan alternatif bagi manusia, terutama remaja. Disamping *game*, para remaja juga biasa menghibur diri dengan berkumpul bersama teman-teman ataupun keluarga mereka. Remaja yang kebanyakan juga merupakan mahasiswa ataupun

pelajar biasa dikejar dengan berbagai tekanan yang datang dari berbagai pihak. Tekanan bisa dari dalam maupun luar diri sendiri. Berbagai tekanan yang datang dapat membuat seseorang menjadi kehilangan konsentrasi dan membuat orang menjadi tidak tahu apa yang harus mereka lakukan. Kebanyakan remaja memanfaatkan *game* sebagai sarana untuk menghilangkan stress atau depresi yang mereka alami. Namun, tidak semua orang berhasil memanfaatkan *game* dengan baik.

Para pakar psikologi Amerika, secara resmi menyatakan kekhawatiran mereka terhadap efek yang ditimbulkan dari kebiasaan sejumlah orang yang sangat gemar bermain *game online* harus segera diatasi karena bisa mengakibatkan penyakit kejiwaan yang cukup parah. Kebiasaan bermain *game* juga membuat mereka terasing dari lingkungannya. Bermain *game* umumnya dilakukan sendiri, dan itu dilakukan dalam waktu yang cukup lama. Semakin kecanduan terhadap *game*, semakin sedikit pula waktu yang tersedia untuk berkomunikasi dengan teman-teman seusianya. Poerwodarminto (2005) kecanduan (*addiction*) adalah kejangkitan suatu kegemaran (hingga lupa hal-hal lain). Dari sisi ini jelas sekali terbayang dampak negatif yang ditimbulkan oleh *game* tersebut. Mereka akan kehilangan kemampuan untuk bersosialisasi dengan masyarakat.

Game online kini juga memiliki banyak genre mulai dari RPG (*Role Playing Game*), *puzzle*, hingga MOBA (*Multiplayer Online Battle Arena*)(Harsan, 2011). Game online Mobile legends yang muncul sejak

tahun 2016 dan mulai terkenal ditahun 2017 bahkan ditahun 2018 ini mobile legends sangat terkenal dengan kepopulerannya. Game ini telah diunduh lebih dari 100 juta kali oleh pengguna piranti atau perangkat mobile, baik yang dijalankan dengan android maupun IOS (Iphone Operating System). Mobile Legends ini termasuk tipe game MOBA (Multiplayer Online Battle Arena) yang memerlukan kerja sama dan strategi tim untuk melawan tim musuh. Pemain 5 vs 5 dengan berbagai tipe macam pilihan karakter hero dan tipe skill yang berbeda-beda. Selain itu, terdapat berbagai mode yang dapat dimainkan sesuai *level up* yang digunakan pemain seperti *Match up mode classic mode Ranked mode, Brawl mode, Human vs Ai mode dan Custom mode*(Indri Abriani,TT).

Penggunaan game online yakni *Game Mobile legends* yang rata-rata usia remaja ini, cenderung memiliki dampak yang tidak baik bagi dirinya. Apalagi jika dalam penggunaannya yang berlebihan. *Game Mobile legends* pada dasarnya dapat dikatakan sebagai sarana hiburan atau kegiatan pengisi waktu luang. Namun, ada pula pemain game mobile legends yang kesulitan mengendalikan kebiasaan bermain mereka hingga menjadi adiksi/kecanduan. *Gamer* atau pemain *game* terdorong untuk bermain game karena menginginkan pengakuan akan prestasinya dalam bermain game yang dilakukan dengan mengatasi rintangan sulit sehingga meraih tingkat yang lebih tinggi atau item yang langka dengan sebaik-baiknya. Dorongan ini akan membuat seseorang terus bermain game bahkan sampai lupa waktu, sehingga perilaku tersebut dapat menyebabkan kecanduan.

Game mobile legends telah menjadi sebuah game yang sangat populer khususnya di negara kita yakni Indonesia, *game* ini juga telah diikuti sertakan kedalam turnamen nasional maupun internasional, misalnya diadakan dalam kejuaraan *sea games* dan yang nasionalnya di gelar dengan turnamen piala presiden esports 2019, dan masih banyak lagi turnamen-turnamen lain yang diadakan baik itu setiap provinsi, kota dan kampus-kampus yang ada di Indonesia.

Fenomena-fenomena yang terjadi akibat dari keseringan sampai membuat adiksi para remaja ini antara lain adalah terjadinya hal yang tidak diinginkan seperti mengakibatkan seorang meninggal dunia seorang remaja pecandu game ini yakni *game mobile legends* di beberapa negara termasuk negara Indonesia, untuk para remaja berhati-hatilah saat bermain game ini, jangan terlalu berlebihan ketika bermain *game mobile legends* dan harus ingat waktu, jika tidak mau berakhir tragis seperti gadis asal Filipina, Mhary Mundoc Idanan. Diketahui, gadis berusia dua puluh tiga tahun ini terserang stroke karena kelelahan bermain *game mobile legends* ini. Menurut informasi laman Definitely Filipino Mhary menghabiskan waktu hampir delapan jam untuk bermain *mobile legends*. Terkadang, dia bahkan mengorbankan waktu tidurnya untuk meningkatkan kemampuan karakter yang dimainkannya. Sehingga membuat remaja tersebut menjadi pribadi yang kurang bersosialisasi terhadap lingkungan sekitarnya. Kemudian tersebar di media sosial terdapat beberapa remaja yang bermain *game mobile legends* ini sampai membanting handphonenya, berkata kotor

dikarenakan faktor kekalahan, frustrasi dan lain-lain seperti hero kesayangannya kalah ataupun timnya kalah dan lain-lain sampai membuat remaja tersebut melakukan hal-hal yang diluar dugaan selaku kita sebagai manusia biasa.

Penelitian yang dilakukan oleh Walter Malabel kecanduan internet sebagai perilaku obsesif kompulsif, dan berdasarkan kesamaan dengan kecanduan judi dan belanja yang kompulsif, karena gangguan ini tidak sesuai dengan ketergantungan kimia. Namun sangat sedikit yang diketahui tentang kecanduan internet secara keseluruhan. Permasalahan yang timbul sifatnya merugikan diri sendiri, meskipun demikian tidak membuat pemain berusaha untuk menghentikan atau mengurangi aktivitas bermain game online karena merasa sulit untuk keluar atau berhenti memainkan game *online*. Jadi, bagi para pecandu game *online* akan sulit untuk mengontrol atau mengendalikan dirinya dan berhenti atau setidaknya mengurangi waktu dan kuantitas bermain game onlinenya yakni game *Mobile legends*(Khotimah & Minarni, 2016).

Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Maidah ayat 87

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

Artinya :

”Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu mengharamkan apa yang baik yang telah dihalalkan Allah kepadamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang

melampaui batas”.

Adapun maksud dari ayat diatas dijelaskan bahwa Allah SWT tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas, seperti makan, minum, pakaian, pernikahan, dan lain sebagainya. Sehingga Allah SWT mempersulit apa yang telah diberikan untuk kita. Jika kecanduan *game online* dapat membuat seseorang tidak mengenal waktu sehingga meninggalkan sholat dengan sengaja hanya untuk bermain *game online*, menghabiskan uang untuk membeli item yang tersedia di dalam *game*, membuat pribadi individu menjadi pemaarah dan sering berkata kasar ketika kalah dalam bermain *game*, serta kecanduan *game online* menyebabkan banyak aktivitas yang terabaikan.

Self control adalah unsur yang penting untuk dapat terlepas dari kecanduan tersebut. Melawan keinginan untuk bermain dan mengurangi secara bertahap frekuensi bermain *game online*. Barbara berpendapat bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan impuls-impuls dan merupakan perasaan individu bahwa mereka dapat mengendalikan peristiwa disekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa *self control* dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat prefentif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stressor-stressor lingkungan. Remaja dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang dapat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Ia cenderung untuk mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat.

Perilakunya lebih *responsive* terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka sehingga individu bisa mengontrol dirinya ketika bermain *game online* dengan baik.

Peneliti melakukan observasi awal di desa Grobogan, Malangjiwan Colomadu, karena di desa Grobogan ini terdapat beberapa yang aktif dalam bermain Game *Mobile legends* ketimbang dengan desa-desa yang lainnya. Di desa Grobogan terdapat beberapa remaja yang aktif dalam bermain mobile legends sebanyak lima orang remaja yang terlibat secara aktif sampai mengakibatkan mereka kecanduan bermain game *mobile legends* yang dimainkan melalui *android*.

Berdasarkan observasi awal, peneliti mendapat informasi dengan cara mengamati remaja tersebut bahwa menurut mereka bermain game itu hanya mengisi waktu luang saja dan mencari kesibukan supaya tidak terlalu jenuh, namun dari pengamatan peneliti selama melakukan observasi langsung ke desa Grobogan, peneliti melihat remaja-remaja tersebut banyak waktu keseharian mereka menghabiskan dengan hanya bermain game *Mobile legends* sampai lupa kebutuhan dan kewajiban-kewajiban mereka sebagai seorang remaja, kemudian sampai membuat mereka tidak stabil mengontrol dirinya seperti berkata kotor, sampai emosi memarahi diri sendiri dan tidak bisa mengontrol sikap terhadap lingkungan sekitarnya.

Penelitian terdahulu yang meneliti *self control* hanya siswa SMP

(remaja awal) sebagai subjek penelitian. Karena masa remaja merupakan usia yang dianggap periode badai dan tekanan. Suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Salah satu cara dalam meluapkan emosi dengan cara bermain *game online* (Ikhwan, 2021). Sedangkan yang menjadi subjek dalam penelitian yang saya ambil adalah dari remaja akhir sampai dewasa awal. Karena dari observasi yang peneliti amati adalah tingkat emosi dan kebiasaan buruk dari remaja sendiri lebih bebas dari pengamatan orang tua, sehingga emosinya lebih meningkat dan kebiasaan buruknya sulit di kontrol.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengangkat judul **“Gambaran *Self Control* Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan peneliti mengidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Remaja di Desa Grobogan belum bisa mengontrol dirinya ketika bermain *game online mobile legends*.
2. Remaja di Desa Grobogan masih banyak yang malas bersosialisasi dengan masyarakat sekitar.
3. Remaja di Desa Grobogan cenderung kasar dalam pengucapan dan perilaku ketika bermain *game online mobile legends*.

4. *Self Control* mempunyai peran penting dalam membentuk karakter padaremaja agar tidak menyebabkan perilaku kecanduan.
5. Kecanduan game online mempengaruhi motivasi belajar remaja di Desa Grobogan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti akan membatasi ruang lingkup peneliti agar tidak merembet jauh dan dapat difokuskan untuk memperoleh data-data yang valid. Penelitian ini hanya berbicara tentang gambaran *self control* remaja yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends*. Penelitian ini akan dilakukan pada remaja sampai dewasa awal di Desa Grobogan, Colomadu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti dapat merumuskan permasalahan yang akan peneliti jadikan sebagai objek kajian penelitian, yaitu:

Bagaimana gambaran *self control* remaja yang mengalami kecanduan game online *Mobile Legends* di Desa Grobogan, Colomadu?

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran *self control* remaja yang mengalami kecanduan game online *Mobile Legends* di Desa Grobogan, Colomadu.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumbangan pengetahuan dan bahan referensi bagi peneliti berikutnya dalam menambah ilmu pengetahuan yang mengangkat topik mengenai gambaran *self control* remaja yang mengalami kecanduan *game online*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi remaja, diharapkan penelitian ini memberi pengetahuan tentang gambaran self control remaja yang mengalami kecanduan *game online* dengan baik.
- b. Bagi orang tua, diharapkan dapat dijadikan sumber informasi bagi orangtua dalam mendampingi dan mengawasi para remaja penggemar *game online* dalam mengontrol diri.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. KAJIAN TEORI

1. *Self Control*

a. *Pengertian Self Control*

Self Control merupakan bentuk kondisi mental yang mempengaruhi pembentukan perilaku lain. Terbentuknya perilaku yang baik, positif, produktif, dan keharmonisan hubungan dengan orang lain juga dipengaruhi oleh kemampuan kontrol diri. *Self Control* merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan, serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor perilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilakunya (Harahap, 2017). *Self control* dapat juga diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Selain itu, *self control* merupakan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi untuk mengendalikan perilaku, menarik perhatian, mengubah perilaku

sesuai dengan lingkungan sosial, menyenangkan orang lain dan menutupi perasaannya (Tripambudi & Sri Indrawati, 2018).

Self Control menurut Berk Gunarsa yaitu kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah yang lebih positif.

Menurut Ghufron & Rini (2011:21) menjelaskan *self control* atau kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi yang positif. Menurut Miftakhul (2017) peran BK dalam kontrol diri adalah membantu remaja dalam mengontrol sikap serta perilaku dan pengendalian diri yang baik yaitu dengan melakukan pendekatan kepada remaja agar mereka merasa nyaman serta terbuka pada konselor dan mencari sumber permasalahan yang dihadapi remaja. Pada periode perkembangannya, remaja dituntut untuk menguasai salah satu tugas perkembangan yaitu perkembangan sosial untuk bersosialisasi dengan keluarga dan lingkungan sekitarnya, juga menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku di masyarakat. Pengertian *self control* yang dikemukakan oleh Everill yaitu

kemampuan penegndalian diri (*self control*) merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak penting atau penting dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan yang diyakininya.

Masyarakat pada umumnya memiliki suatu pengukuran untuk mengontrol semua yang terjadi pada hidupnya, dan mereka akan mengambil langkah ketika ingin memberikan pengaruh pada peristiwa-peristiwa yang terjadi secara langsung. Pengukuran yang dimaksud adalah hal-hal terkait dengan beberapa pertimbangan sikap dalam menentukan pilihan dan memutuskan sesuatu yang berhubungan dengan dirinya. Tujuan positif pembentukan kontrol diri yang efektif merupakan salah satu usaha peningkatan kualitas diri. Myers (2005) memaparkan kesimpulan beberapa hasil penelitian mengenai kontrol diri, seperti hal-hal yang terkait dengan kekuatan hati dan harapan. Hal ini termasuk kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekankan atau merintangi tingkah laku impulsif.

Synder dan Gangestad (dalam Ghufroon, 2004) menjelaskan konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif. Individu

dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

b. Aspek *Self Control*

Menurut Averill ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu :

- 1) Kontrol perilaku (*behavior control*), yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya. Kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menenmpatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

- 2) Kontrol kognitif (*cognitive control*), yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara mengintreprestasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
- 3) Kontrol pengambilan keputusan (*decisional control*), yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengambil keputusan (Ghufron & Risnawati Suminta, 2010).

Berdasarkan pemaparan mengenai aspek kontrol diri diatas, maka peneliti menggunakan aspek dari Averill untuk penyusunan skala penelitian yang terdiri dari kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol pengambilan keputusan. Peneliti menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Averill (1973) karena dipandang dapat

menjelaskan aspek kontrol diri secara komprehensif.

c. Faktor *Self Control*

Kontrol diri terdapat pada dalam diri tidaklah sama, hal tersebut dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pembentukannya. *Self control* sebagai mediator psikologis dan berbagai perilaku. Menurut Ghufron & Risnawati (2012) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi dua yaitu :

1) Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil dalam kontrol diri adalah usia. Cara orang tua menegakan disiplin, cara orangtua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengapresiasi kemarahan (pernah emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Menurut Baumeister & Boden (1998) mengemukakan bahwa faktor kognitif yaitu berkenaan dengan kesadaran berupa proses- proses seseorang menggunakan pikiran dan pengetahuannya untuk mencapai suatu proses dan cara-cara yang tepat atau strategi yang sudah dipikirkan terlebih dahulu. Individu yang menggunakan kemampuan diharapkan dapat memanipulasi tingkah laku sendiri melalui proses intelektual. Jadi kemampuan intelektual individu dipengaruhi seberapa

besar individu memiliki kontrol diri.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu. Lebih lanjut faktor kontrol diri menurut Baumeister & Boden (1998) adalah sebagai berikut :

- a) Orang tua, hubungan dengan orang tua memberikan bukti bahwa ternyata orang tua mempengaruhi kontrol diri anak-anaknya. Pada orang tua yang mendidik anak-anaknya dengan keras akan menyebabkan anak-anaknya kurang dapat mengendalikan diri serta kurang peka terhadap peristiwa yang dihadapi. Sebaiknya orang tua sejak dini sudah mengajari anak untuk mandiri memberikan kesempatan untuk menentukan keputusannya sendiri, maka anak-anak akan lebih mempunyai kontrol diri dengan baik.
- b) Faktor budaya, setiap individu yang berada dalam suatu

lingkungan akan terkait budaya di lingkungannya tersebut. Setiap lingkungan akan mempunyai budaya yang berbeda-beda dengan budaya dari lingkungan lain. Hal demikian mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota lingkungan tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari setiap individu sangatlah dituntut dalam mengendalikan dirinya sendiri. Hal tersebut karena manusia ialah makhluk sosial yang tidak bisa berdiri sendiri tanpa bersosialisasi. Kontrol diri sangat berperan penting dalam bersosialisasi tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat bersosialisasi dengan baik dan dapat mengantisipasi stimulus dari luar. Tinggi rendahnya kontrol diri pada individu dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembentukan kontrol diri tidak semata-mata dibangun secara praktis, namun secara berlangsung dan berlanjut sehingga menjadi suatu yang melekat pada individu. Menurut Block dan Block, ada tiga kualitas kontrol diri yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*. Secara rinci dijelaskan secara berikut :

1. *Over Control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan

individu menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.

2. *Under Control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsifitas dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.
3. *Appropriate Control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat (Marsela & Supriatna, 2019).

d. Fungsi *Self Control*

Fungsi *Self Control* sebagai berikut:

- 1) Membatasi perhatian individu kepada orang lain. Individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya, tidak berfokus pada kebutuhan, atau keinginan orang lain di lingkungannya.
- 2) Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya. Individu akan membatasi ruang aspirasi dirinya dan memberikan ruang aspirasi orang lain agar dapat terakomodasi secara bersama-sama.
- 3) Membatasi individu untuk menghindari tingkah laku negatif. Individu akan membatasi dirinya untuk menahan dorongan

atau keinginan yang tidak sesuai dengan norma sosial.

- 4) Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang, Individu akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya sesuai dengan kebutuhan yang ingin dipenuhinya, sehingga individu dapat menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidupnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat diketahui bahwa fungsi kontrol diri adalah membatasi perhatian individu kepada orang lain, membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya, membatasi individu untuk menghindari tingkah laku negatif, dan membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang.

e. Hambatan *Self Control*

Kemampuan kontrol diri yang baik merupakan hal yang didambakan oleh setiap orang. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, tentunya dapat menempatkan diri dan melakukan penyesuaian yang baik pula dimanapun individu tersebut berada. Namun dalam kenyataannya, tidak semua orang memiliki kemampuan kontrol yang baik dan mampu melaksanakan pengendalian diri secara konsisten.

Perkembangan hidup yang dialami seseorang turut berperandalam pembentukan kontrol diri individu. Hal ini sesuai

dengan pendapat Calhoun dan Acocella (1995) yang mengungkapkan bahwa kontrol diri adalah pengaruh atau regulasi seseorang terhadap fisik, perilaku, dan proses-proses psikologinya. Hal ini menjelaskan bahwa semakin bertambah usia seseorang, ia diharapkan semakin memiliki kendali atas perilakunya sendiri. Perkembangan kontrol diri yang efektif dapat berperan penting dalam kehidupan seseorang.

Kemampuan kontrol diri ini, kemudian dikaitkan dengan perjalanan hidup individu yang berbeda-beda pada setiap individunya. Sehingga kemampuan kontrol diri setiap individupun bervariasi. Beberapa orang mengalami hambatan dalam proses pembentukan kontrol diri. Namun, hambatan-hambatan ini dapat mengasah kemampuan kontrol diri seseorang. Ghufron (2004) menjelaskan bahwa sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan adapula yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang mempunyai kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku utama yang membawa pada konsekuensi positif. Sedangkan individu yang memiliki kontrol diri yang rendah, sebagai individu yang tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya serta tidak mampu menginterpretasikan

stimulus yang dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat.

Gottfredson dan Hirschi (1990) menjelaskan bahwa hambatan yang dialami individu dalam proses pembentukan kontrol diri yang efektif merupakan suatu proses yang berkesinambungan sejak individu berada pada masa anak-anak. Hal ini berkaitan dengan kelekatan orangtua dengan anak, pengawasan orangtua, pengenalan terhadap perbuatan menyimpang orangtua, ukuran keluarga, peran ibu sebagai wanita karir. Proses sosialisasi yang dialami individu di institusi sekolah diprediksikan memiliki andil pada ketidakmampuan seseorang dalam melakukan kontrol diri.

f. *Self Control* Pada Remaja

Suyasa menemukan adanya dua hal penting bahwa remaja memerlukan kontrol diri. Pertama adalah hal yang bersifat eksternal, yakni perubahan lingkungan. Selanjutnya yang kedua adalah hal-hal yang bersifat internal, yakni karakteristik dalam diri remaja. Lebih lanjut Rice menjelaskan bahwa hal-hal yang termasuk faktor eksternal tersebar ke dalam enam aspek perubahan yaitu perubahanteknologi, perubahan kehidupan materi, perubahan aspek pendidikan, perubahan aspek kehidupan berkeluarga, perubahan kehidupan seksual, dan perubahan dalam bidang kekerasan.

Hal-hal terkait dengan faktor internal diungkap oleh Arnet, yang mengatakan bahwa terdapat tiga elemen yang termasuk dalam konsep masa remaja, yaitu konflik dengan orangtua, gangguan suasana hati, dan kecenderungan terjadinya tingkah laku yang berisiko. Hal tersebut sesuai dengan tahapan dan tugas perkembangan remaja yang mulai keluar dari orangtua, lebih emosional dan adanya konflik batin dalam menyikapi harapan masyarakat dan keinginan pribadi.

Ali dan Asrori mengungkapkan, bahwa pada periode perkembangannya, remaja mengalami tahapan masa menentang (*trotzalter*) yang ditandai dengan adanya perubahan merokok pada dirinya, baik aspek fisik maupun psikis sehingga menimbulkan reaksi emosional dan perilaku radikal, hal ini tentu berpengaruh pada kontrol diri remaja tersebut.

2. Remaja Pecandu Game Online Mobile Legends

a. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah *Adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* (kata Belanda, *adolescencia* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (dalam Hurlock, 1999). Istilah adolescence, seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang luas mencakup kematangan mental, emosional, spasial dan fisik (I. K.

Nasution, 2007).

Menurut Rice masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Dua hal tersebut adalah, pertama hal yang bersifat eksternal, yaitu adanya perubahan lingkungan. Pada saat ini, masyarakat dunia sedang mengalami banyak perubahan begitu cepat yang membawa berbagai dampak, baik positif maupun negatif bagi remaja. Kedua adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik didalam diri remaja yang membuat relatif lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya (storm and stress period).

Batasan seorang remaja dimulai dari usia tiga belas sampai dengan dua puluh satu tahun. Periodisasi remaja terbagi menjadi tiga bagian yakni remaja awal (early adolescence; 13-15 tahun), remaja tengah (middle adolescence; 16-18 tahun), dan remaja akhir (late adolescence; 19-21 tahun).

Piaget (dalam Hurlock, 1999) mengatakan bahwa secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi meras di bawah tingkat orang-orang yang lebih

tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Menurut Monks (1999) remaja adalah individu yang berusia antara 12-21 tahun yang sedang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun masa remaja akhir.

Remaja sebagai periode tertentu dari kehidupan manusia merupakan suatu konsep yang relatif baru dalam kajian psikologi. Remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi juga belum dapat diterima secara penuh untuk masuk golongan orang dewasa. Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikis. Namun perlu ditekankan disini adalah bahwa fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (usia 13 sampai dengan 21 tahun) dan biasanya masa ini dianggap sebagai periode badai dan

tekanan.

2. Ciri-ciri Remaja

Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1999) ciri-ciri masa remaja antara lain:

1) Masa remaja sebagai periode yang penting

Remaja mengalami perkembangan fisik dan mental yang cepat dan penting dimana semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan pembentukan sikap, nilai dan minat baru.

2) Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya. Tetapi peralihan merupakan perpindahan dari satu tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya, dengan demikian dapat diartikan bahwa apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang, serta mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru pada tahap berikutnya.

3) Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan fisik yang terjadi dengan pesat diikuti

dengan perubahan perilaku dan sikap yang juga berlangsung pesat. Perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

4) Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ada dua alasan bagi kesulitan ini, yaitu :

- a. Sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah
- b. Remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

5) Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pencarian identitas dimulai pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok lebih penting daripada bersikap individualistis. Penyesuaian diri dengan kelompok pada remaja awal masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan, namun lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dengan kata lain ingin menjadi pribadi yang berbeda

dengan oranglain.

6) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotype budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

7) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja pada masa ini melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Semakin tidak realistik cita-citanya ia semakin menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

8) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekatnya usia kematangan, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa yaitu

merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberi citra yang mereka inginkan.

Sesuai dengan pembagian usia remaja menurut Monks (1999) maka terdapat tiga tahap proses perkembangan yang dilalui remaja dalam proses menuju kedewasaan, disertai dengan karakteristiknya, yaitu :

a. Remaja Awal (12-15Th)

Pada tahap ini, remaja masih merasa heran terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan tersebut. Mereka mulai mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis. Kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan berkurangnya pengendalian terhadap ego dan menyebabkan remaja sulit mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa.

b. Remaja Madya (15-18 Tahun)

Pada tahap ini, remaja sangat membutuhkan teman-teman. Ada kecenderungan narsistik yaitu mencintai dirinya sendiri, dengan cara lebih menyukai teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan

dirinya. Pada tahap ini remaja berada dalam kondisi kebingungan karena masih ragu harus memilih yang mana, peka atau peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, dan sebagainya.

c. Remaja Akhir (18-21 Tahun)

Tahap ini adalah masa mendekati kedewasaan yang ditandai dengan pencapaian:

- 1) Minat yang semakin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan mendapatkan pengalaman-pengalaman baru.
- 3) Terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
- 4) Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh dinding pemisah antara diri sendiri dengan masyarakat umum.

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri masa remaja adalah bahwa masa remaja adalah merupakan periode

yang penting, periode peralihan, periode perubahan, usia yang bermasalah, mencari identitas, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis dan ambang masa kedewasaan.

3. Aspek-Aspek Perkembangan Pada Remaja

Pada masa perkembangan remaja ada beberapa aspek yang sangat menonjol perkembangannya. Antara lain :

1) Perkembangan fisik

Secara umum, pertumbuhan dan perkembangan fisik sangat pesat pada usia 12/13-17/18 tahun. Pada masa ini, remaja merasakan ketidaknyamanan dan ketidakharmonisan pada diri mereka karena anggota badan dan otot-ototnya tumbuh secara tidak seimbang. Pertumbuhan otak secara cepat terjadi pada usia 10-12/13 dan 14-16/17 tahun. Pertumbuhan otak wanita meningkat 1 tahun lebih cepat daripada laki-laki yaitu pada usia 11 tahun, sedangkan pertumbuhan otak laki-laki meningkat 2x lebih cepat dari pada wanita dalam usia 15 tahun.

2) Perkembangan Kognitif

Menurut Piaget, seorang remaja termotivasi

untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, dimana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja kedalam skema kognitif mereka. Remaja telah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibandingkan ide lainnya, lalu remaja menghubungkan ide-ide ini. Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa.

3) Perkembangan Kepribadian dan Sosial

Perkembangan kepribadian adalah perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik, sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan kepribadian yang penting pada masa remaja ialah pencarian identitas diri. Pencarian identitas diri adalah proses menjadi seseorang yang unik dengan peran yang penting dalam hidup. Perkembangan sosial pada masa remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya

dibandingkan orang tua. Dibanding pada masa kanak-kanak, remaja lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstrakurikuler, dan bermain dengan teman. Dengan demikian, pada masa remaja peran kelompok teman sebaya ialah besar.

4. Pengelompokan Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut adalah :

1) Masa Remaja Sebagai Periode Yang Penting

Ada beberapa periode yang lebih penting daripada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-duanya sama-sama penting.

2) Masa Remaja Sebagai Metode Peralihan

Peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya bukan berarti terputus dengan periode

sebelumnya, tetapi apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. Masa remaja sebagai periode peralihan memiliki status yang tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan pula orang dewasa. Status remaja yang tidak jelas ini memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

3) Masa Remaja Sebagai Periode Perubahan

Ada tiga yang sama dan hampir bersifat universal pada setiap remaja, yaitu meningginya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikis yang terjadi. Kedua perubahan minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk diperankan. Ketiga dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah.

4) Masa Remaja Sebagai Usia Bermasalah

Masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, sebagian

masalah sering kali diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, para remaja merasa diri mandiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru. Akan tetapi, minimnya pengalaman menjadikan penyelesaian seringkali tidak sesuai harapan(Fatmawaty, 2017).

5) Masa remaja sebagai usia mencari identitas

Pencarian identitas dimulai pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok lebih penting daripada bersikap individualistis. Penyesuaian diri dengan kelompok pada remaja awal masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan, namun lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dengan kata lain ingin menjadi pribadi yang berbeda dengan oranglain.

6) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan *stereotype* budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap

perilaku remaja yang normal.

7) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja pada masa ini melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Semakin tidak realistik cita-citanya ia semakin menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

8) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekatnya usia kematangan, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberi citra yang mereka inginkan.

5. Masalah-Masalah Yang Muncul Pada Remaja

Beberapa kategori masalah yang muncul pada masa remaja adalah sebagai berikut :

- a. Masalah-masalah yang timbul akibat perkembangan fisik dan psikomotor
- 1) Adanya variasi yang mencolok dalam tempo dan iram perkembangan fisik baik individual maupun kelompok antara remaja laki-laki dan perempuan. Wanita lebihcepat sekitar 1-2 tahun. Hal ini dapat menimbulkan kecanggungan-kecanggungan dalam bergaul antara satau dengan yang lain.
 - 2) Perkembangan ukuran tinggi dan berat badan yang kurang proposional akan dapat menimbulkan efek psikologis tersendiri, dimana akan muncul nama-nama cemoohan seperti si gendut, si kurus dan sebagainya. Halini akan membawa ke arah *self-rejection* karena *body image*-nya tidak sesuai dengan *self-picture* yang diharapkan.
 - 3) Perubahan suara dan peristiwa menstruasi dapat juga menimbulkan gejala-gejala tertentu seperti munculnya rasa malu.
 - 4) Matangnya organ reproduksi, membutuhkan pemuasan biologis. Dimana jika tidak dibimbing dengan norma- norma tertentu akan membawa remaja melakukan perilaku-perilaku yang menyimpang dari norma kesusilaan.

b. Masalah-masalah yang timbul berhubungan dengan perkembangan bahasa dan perilaku kognitif.

- 1) Bagi beberapa individu mempelajari bahasa asing adalah mengasyikan tetapi bagi sebagian orang lain mempelajari bahasa asing adalah siksaan. Hal ini dikarenakan adanya kelemahan dalam hal fonetik. Dimana kelemahan-kelemahan ini dijadikan semacam cemoohan, yang juga akan memunculkan perilaku negatif seperti siswa yang akan membenci gurunya dan pelajaran bahasa asing itu sendiri.
- 2) Intelegensi juga mempengaruhi kapasitas belajar bagi yang IQ nya tinggi (*superior*) atau dibawah rata-rata (*slow learners*). Jika tidak dibimbing secara memadai maka perbedaan ini akan menimbulkan akibat-akibat psikologis. Misalnya perasaan rendah diri karena tidak pernah mendapat nilai bagus.
- 3) Kadang-kadang terjadi ketidakselarasan antara keinginan atau minat seseorang dengan bakat khusus yang dimilikinya. Sering mengalami kesulitan didalam menentukan jurusan atau jenis sekolah mana yang akan dimasuki. Hal ini dapat berakibat kepada kegagalan siswa dalam

menyelesaikan studinya.

c. Masalah yang timbul berhubungan dengan perkembangan perilaku sosial, moralitas, dan kegamaan.

1) Keterikatan hidup dalam suatu geng (*peers group*) yang tidak terbimbing mudah menimbulkan *juvenile delinquency* (kenakalan remaja) yang berbentuk perkelahian antar kelompok, pencurian, perampokan, prostitusi, dan bentuk-bentuk perilaku anti sosial lainnya.

2) Konflik dengan orangtua dapat berakibat kaburnya anak dari rumah.

3) Melakukan perbuatan-perbuatan yang bertentangan dengan norma-norma masyarakat atau agama, seperti mengkonsumsi narkotika.

d. Masalah yang timbul berhubungan dengan perkembangan perilaku afektif, konatif, dan kepribadian.

1) Remaja mudah sekali digerakan untuk melakukan gerakan atau kegiatan destruktif yang spontan untuk melampiaskan ketegangan instutif emosionalnya walaupun remaja sendiri tidak mengetahui maksud dan akibat dari tindakan tersebut.

- 2) Ketidakmampuan menegakkan kata hati membawa akibat sulitnya mengintegrasikan dan sintesis fungsi-fungsi psikofisiknya. Hal ini akan berakibat terjadinya fiksasi yaitu kemandekan perkembangan dimana remaja akan hidup dalam suasana remaja yang berkepanjangan meskipun usianya sudah menginjak dewasa.

b. Pengertian Kecanduan Game Online

1. Pengertian Kecanduan

Pada awalnya istilah kecandua digunakan untuk mengidentifikasi perilaku diri sendiri yang termasuk individu pecandu dengan ketergantungan fisiologis pada suatu obat-obatan yang illegal. Namun, dalam 20 tahun terakhir istilah kecanduan telah diperluas mencakup bahan atau memperkuat perilaku yang memiliki sifat afektif, komplusif dan merusak diri sendiri serta sulit untuk menghentikan. DiClemente (2003:4) menyatakan dimensi dari kecanduan yaitu :

- 1) Perkembangan kokoh didirikan, pola bermasalah dari efektif yaitu, menyenangkan dan perilaku penguat.
- 2) Adanya komponen fisiologis dan psikologis dari pola perilaku yang menciptakan ketergantungan.
- 3) Interaksi komponen dalam kehidupan individu yang

membuat perilaku resisten terhadap perilaku.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kecanduan adalah kejangkitan suatu kegemaran (sehingga lupa hal-hal lain). Menurut *Cambrige Dictionary* kecanduan adalah menyukai sesuatu yang terlalu banyak dan melakukan atau memiliki itu secara berlebihan.

2. Kriteria Tingkah Laku Kecanduan

Seseorang dikatakan kecanduan (*addicted*) memenuhi enam kriteria yang diungkapkan oleh Chen dan Chang, (dalam Detria, 2013:16). Kriteria tingkah laku kecanduan sebagai berikut:

- 1) *Salience*: menunjukkan dominasi aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku.
 - a) *Cognitive salience*: dominasi aktivitas bermain game pada level pikiran.
 - b) *Behavioral salience*: dominasi aktivitas bermain game pada level tingkah laku.
- 2) *Euphoria*: mendapatkan kesenangan dalam aktivitas bermain game.
- 3) *Conflict*: pertentangan yang muncul antara orang yang kecanduan dengan orang-orang yang ada di sekitarnya (external conflict) dan juga dengan dirinya sendiri (internal conflict) tentang tingkat dari tingkah laku yang berlebihan.

- a) *Interpersonal conflict* (eksternal: konflik yang terjadi dengan orang-orang yang ada di sekitarnya
 - b) *Interpersonal conflict* (internal): konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri.
- 4) *Tolerance*: aktivitas bermain game online mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan.
- 5) *Withdrawal*: perasaan tidak menyenangkan pada saat tidak melakukan aktivitas bermain game.
- 6) *Relapse and Reinstatement*: kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan atau bahkan menjadi lebih parah walaupun setelah bertahun-tahun hilang dan dikontrol.

Hal ini menunjukkan kecenderungan ketidakmampuan untuk berhenti secara utuh dari aktivitas bermain game. Komponen-komponen inti yang bisa mengidentifikasi kecanduan pada seseorang adalah *salience*, *conflict* dan *euphoria*. Sebagai tambahannya adalah *tolerance*, *withdrawal*, *relapse and reinstatement*, komponen-komponen ini merupakan komponen umum dalam sebuah *addiction*. *Tolerance* berkembang sebagai kebutuhan pada seseorang yang kecanduan untuk meningkatkan ketergantungannya pada tingkah laku bermain online game untuk mendapatkan pengalaman yang

sama dibandingkan pada saat bagian awal addiction. Efek *withdrawal* merupakan reaksi tidak menyenangkan pada saat menghentikan aktivitas *addictive*. Sementara relapse dan reinstatement merupakan pengembalian kepada keadaan semula dari *addiction*, walaupun setelah periode penahanan aktivitas.

3. Pengertian Kecanduan Game Online

Menurut Mark Griffiths pakar adiksi video game di Amerika dari Nottingham Trent University mengungkapkan penelitian yang dilakukannya pada tahun 2008, pada anak usia awal belasan tahun menemukan hampir sepertiganya bermain game online setiap hari, “yang lebih mengkhawatirkan sekitar 7%-nya bermain paling sedikit selama 30 jam per minggu”. Betapa besar dampak jangka panjang dari kegiatan yang menghabiskan waktu luang lebih dari 30 jam per minggu, yaitu pada perkembangan aspek pendidikan, kesehatan dan sosial remaja (Rini, 2011:28). Pengaruh game online di tanah air tidak jauh berbeda dengan di luar negeri. Game online mendapat sambutan yang luar biasa, terutama bagi siswa yang beranjak remaja. Seiring dengan pertumbuhan ekonomi di Indonesia yang dimulai pada tahun 2007. Berada pada posisi ke 6 tercepat dalam pertumbuhan terutama pada penggunaan internet dan dunia bisnis di Indonesia. Berdasarkan data APJII dan data dari Reputan Pengguna Internet di Indonesia tiap

tahunnya meningkat secara signifikan. Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. Kecanduan game online adalah salah satu bentuk kecanduan yang bersifat dengan perilaku tidak sehat yang kompulsif atau perilaku yang dilakukan secara terus-menerus dalam memainkan *game online (Mobile Legends)* untuk mendapatkan kepuasan tersendiri sehingga akan sulit berhenti atau membatasinya meski perilaku tersebut menyebabkan masalah dari segi sosial maupun emosionalnya.

Akan dikatakan kecanduan *game online* kalau seseorang benar-benar tidak bisa terlepas dari *game online* tersebut bahkan sampai pada pikirannya. Melihat dari pengertian kecanduan maka dapat disimpulkan bahwa memainkan *game online* secara berlebihan dengan melupakan hal-hal yang lainnya. *Game online* menjadi fokus utama dan mendapat perhatian yang besar daripada hal-hal yang lainnya.

Game online tidak hanya memberikan hiburan tetapi juga memberikan tantangan yang menarik untuk diselesaikan sehingga individu bermain game online tanpa memperhitungkan waktu demi mencapai kepuasan. Tantangan dalam *game* ini yang menjadi salah satu pemikat untuk seorang pemain memainkan *game online* dengan melupakan waktu yang

ada apalagi memainkan dalam kelompok untuk melawan kelompoklain. Ketika seseorang mencapai pada tingkatan ini, maka orangtersebut mengalami kecanduan. Kebanyakan yang menjadi kecanduan *game online* adalah para remaja dimana pada masa remaja mereka mulai mengembangkan diri dan mencari suatu kesenangan dan salah satunya adalah *game online*.

4. Indikator Kecanduan Game Online

Menurut Lee mengemukakan bahwa terdapat empat komponen indikator yang menunjukkan seseorang kecanduan *game online*, yakni :

- 1) *Excessive use* (penggunaan yang berlebihan) terjadi ketika bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu. Komponen ini mendominasi pikiran individu (gangguan kognitif), perasaan (merasa sangat butuh), tingkah laku (kemunduran dalam perilaku sosial).
- 2) *Withdrawal symptoms* (gejala dari pembatasan) adalah perasaan yang tidak menyenangkan karena penggunaan *game online* dikurangi atau tidak dilanjutkan. Gejala ini akanberpengaruh pada fisik pemain. Perasaan serta efek antara perasaan dan fisik akan timbul seperti pusing dan

insomnia. Gejala ini juga berpengaruh pada psikologisnya, misalnya mudah marah atau *moodiness*.

- 3) *Tolerance* (toleransi) merupakan proses di mana terjadinya peningkatan jumlah penggunaan game online untuk mendapatkan efek perubahan dari mood. Kepuasan yang diperoleh dalam menggunakan game online akan menurun apabila digunakan secara terus menerus dalam jumlah waktu yang sama. Pemain tidak akan mendapatkan perasaan kegembiraan yang sama seperti jumlah waktu pertama bermain sebelum mencapai waktu yang lama.
- 4) *Negative repercussion* (reaksi negatif) dimana komponen ini mengarah pada dampak negatif yang terjadi antara pengguna *game online* dengan lingkungan disekitarnya. Komponen ini juga berdampak pada tugas lainnya seperti pekerjaan, hobi, dan kehidupan sosial.

5. Penyebab Kecanduan Game Online

Ketika melihat seseorang yang sangat mementingkan *game online*, maka orang tersebut akan menghabiskan banyak waktu untuk kesenangan yang sedang dimainkan sehingga tidak terlalu menghiraukan hal-hal yang lain. Kecanduan *game online* bukan hanya terjadi dengan sendirinya, tetapi juga ada penyebabnya.

Kecanduan *game online* juga termasuk dalam satu istilah yang dipakai dalam kalangan psikiater yaitu narkolema. Dari hasil wawancara dengan seorang dokter di pusat rehabilitasi BNN, mengatakan bahwa narkolema (narkotika lewat mata) membuat seseorang kecanduan *game online*, seperti juga kecanduan pornografi. Mulai dari matadan sering memainkan game ini maka akan berpengaruh di dalam otak. Salah satu zat yang sangat penting adalah dopamin. Dopamin berada di Prefrontal korteks berfungsi sebagai pergerakan dan koordinasi, emosional, penilaian. Menurut Golemann dalam bukunya kecerdasan sosial, dopamine adalah zat yang memberikan kesenangan kepada manusia. Ketika zat ini meningkat pesat, maka perlu dipuaskan dan ketika itu terjadidan berlebihan akan merusak otak yaitu prefrontal korteks. Ketika prefrontal korteks menjadi rusak maka akan terjadi kecanduan seumur hidup.

Jadi bisa dikatakan bahwa orang mengalami kecanduan karena terjadi kerusakan pada otak bagian depan yaitu Prefrontal Korteks. Ketika prefrontal korteks mengalami kerusakan maka orang tersebut sulit membedakan mana yang baik dan benar, susah berkonsentrasi dan juga sulit mengambil keputusan serta bisa terjadi kecanduan seumur hidup. Hal ini terjadi karena dopamin tidak berfungsi dengan baik sehingga selalu ingin dipuaskan, seperti memainkan *game* dengan jangka waktu lama

dan berulang-ulang(Suplig, 2017).

6. Gejala Kecanduan Game Online

Kecanduan bermain game online dapat dilihat dari beberapa gejala yang muncul. Pertama, siswa bermain game online seharian, dan sering bermain dalam jangka waktu lama (lebih dari tiga jam). Kedua, siswa bermain game online untuk kesenangan, cenderung seperti tak kenal lelah dan mudah tersinggung saat dilarang. Siswa yang kecanduan tidak pernah menghiraukan larangan orang tua atau orang lain untuk mengurangi intensitas bermain game online, dan siswa cenderung berontak apabila dilarang untuk bermain. Ketiga, mengorbankan kegiatan sosial, dan tidak mau mengerjakan aktivitas lain seperti tidak menghiraukan aktivitas lain yang penting baginya, seperti makan, minum, berinteraksi dengan teman sebaya atau belajar. Keempat, ingin mengurangi ketergantungannya tapi tidak bisa.

Kecanduan internet disebut sebagai Internet Addiction Disorder (IAD), Stephen Juan, seorang antropolog di University of Sydney (dalam Detria, 2013:19) mengemukakan tanda-tanda umum kecanduan internet, sebagai berikut:

- a) Selalu ingin menghabiskan lebih banyak waktu di internet, sehingga akan menguras waktu efektif yang

ada.

- b) Jika tidak menggunakan internet, muncul gejala-gejala penarikan diri seperti kecemasan, gelisah, mudah tersinggung, bergetar, mengigil, gerakan mengetik tanpa sadar, hingga berkhayal atau bermimpi mengenai internet.
- c) Jika terhubung dengan internet, gejala-gejala penarikan diri akan hilang ataupun berkurang.
- d) Mengakses internet lebih lama dari yang diniatkan.
- e) Cukup banyak porsi kegiatan yang digunakan untuk aktivitas terkait internet, termasuk e-mail, browsing, chatting.
- f) Mengurangi kegiatan penting, baik dalam pekerjaan, sosial, atau rekreasi, demi menggunakan internet.
- g) Menyembunyikan penggunaan internet dari keluarga atau teman.
- h) Internet digunakan untuk melarikan diri dari perasaan bersalah, tidak berdaya, kecemasan, atau depresi.

7. Aspek Kecanduan Game Online

Terdapat tujuh aspek atau kriteria kecanduan game online yang dikemukakan oleh Lemmens dkk (Arif Kustiawan & Widhiya Bayu Utomo, 2019) yaitu sebagai berikut:

1) *Salience*

Bermain game menjadi aktivitas yang sangat penting dalam kehidupan individu dan mendominasi pikiran, perasaan (selalu merasa ingin melakukannya), dan perilaku (melakukan secara berlebihan).

2) *Tolerance*

Sebuah proses dimana aktivitas individu dalam bermain *game online* semakin meningkat, sehingga secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* bertambah jumlahnya.

3) *Mood Modification*

Mengacu pada pengalaman subjektif sebagai hasil dari keterikatan dengan melalui bermain *game online*, misalnya penenangan diri (*tranquillizing*) atau relaksasi terkait pelarian diri (*escapism*).

4) *Withdrawal*

Perasaan yang tidak menyenangkan dan dampak fisik yang terjadi ketika berhenti atau mengurangi aktivitas bermain *game online*. Aspek ini lebih banyak terdiri dari murung (*moodiness*) dan lekas marah (*irritability*).

5) *Relapse*

Aktivitas bermain *game online* yang berlebihan

cenderung mendorong individu untuk secara cepat kembali mengulangi perilaku *game online* setelah tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol.

6) *Conflict*

Merujuk kepada konflik interpersonal yang dihasilkan dari aktivitas bermain *game online* secara berlebihan. Konflik dapat terjadi diantara pemain dan orang-orang disekitarnya, konflik dapat meliputi argument, penolakan serta berbohong dan curang.

7) *Problem*

Masalah yang terjadi disebabkan oleh aktivitas *game online* secara berlebihan sehingga mendorong tergesernya aktivitas lain seperti sekolah, bekerja, dan bersosialisasi. Masalah dapat terjadi pada individu pemain *game online*, seperti ganggu intrafiksi dan kehilangan kontrol.

8. Efek Kecanduan Game Online

1. Marah

Marah merupakan emosi yang bisa dialami oleh setiap individu. Marah ini dapat disebabkan ketika individu

mengalami suatu kondisi atau situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya, perasaan frustrasi dan kecewa terhadap sesuatu yang diharapkan. Marah yang berlebihan sangat berbahaya karena dapat mengganggu penyesuaian sosial. Kemampuan mengelola emosi sangat diperlukan remaja agar dapat menjadi individu yang matang secara emosi.

Secara psikologi manusia memiliki kecenderungan untuk mengekspresikan emosi yang dialaminya, baik berupa emosi positif maupun negatif. Reaksi emosi disadari atau tidak, mempunyai efek yang bersifat membangun maupun merusak, seperti reaksi kemarahan. Marah juga bisa bersifat membangun (konstruktif), marah yang ditangani dengan benar dapat mempertahankan kebebasan kita. Ada banyak hal yang bisa memicu munculnya kemarahan mulai dari tertekan, terhina, terhambat, dibatasi, dicegah, frustrasi, diperlakukan berbeda, sampai adanya penyimpangan norma. Selain itu, kemarahan juga bisa dipicu apabila keinginan kita tidak tercapai.

2. Malas

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), malas adalah tidak mau bekerja atau mengerjakan sesuatu, segan, tidak suka, tidak bernafsu. Malas merupakan suatu

bentuk perilaku yang merupakan implementasi dari sikap enggan beraktivitas yang muncul dari perasaan di mana seseorang akan enggan melakukan sesuatu karena dalam pikirannya sudah memiliki penilaian negatif atau tidak adanya keinginan untuk melakukan hal tersebut.

Menurut Edy Zaqeus Rasa malas diartikan sebagai keengganan seseorang untuk melakukan sesuatu yang seharusnya atau sebaiknya dia lakukan. Pada umumnya setiap orang berperilaku malas terhadap suatu pekerjaan atau kegiatan disebabkan karena tidak memiliki motivasi. Motif yang mempengaruhi kemalasan dipengaruhi oleh suatu sikap yang terdapat dalam diri orang itu. Sikap tersebut muncul akibat adanya persepsi atau pemberian makna terhadap suatu objek atau peristiwa. Persepsi atau pemberian makna tersebut ditentukan oleh suatu sistem nilai, yakni suatu patokan untuk berperilaku yang berlaku pada suatu lingkungan tertentu. Sistem nilai yang tertanam dalam diri seseorang ini dipengaruhi oleh budaya, masyarakat, dan orang tua.

9. Pengaruh Game Online Bagi Remaja

Rini (2011:28) Kebiasaan anak bermain game online ternyata membawa berbagai pengaruh terhadap diri mereka seperti:

a. Kesehatan

Menurut pakar game, permainan game online memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan atau fisik. Apabila tubuh terkena paparan langsung cahaya radasi komputer akibat bergadang 24 jam untuk bermain game online, banyak sekali gangguan kesehatan yang timbulkannya, yaitu:

- a) Syaraf mata dan otak, serta kesehatan jantung akan menurun.
- b) Berat badan menurun akibat lupa makan dan minum karena keasyikan bermain game.
- c) Karena banyak duduk dalam waktu yang lama, lambung dan ginjal bisa rusak.
- d) Kalau bermain game online sambil ngemil, kemungkinan berat badan akan meningkat.

Beberapa penyakit atau cedera yang dapat ditimbulkan dari kebiasaan bermain game online sebagai berikut:

a) Stress

Anak mengalami kekalahan dalam bermain game, pikiran mereka menjadi stress dan depresi, juga menimbulkan anak-anak kurang beraul atau bersosialisasi dengan lingkungan sekitar sehingga memiliki pola pikir yang sempit. Pikiran mereka akan mudah tertekan,

kebingungan, dan gelisah bila tidak bermain game, depresi bila tidak bisa menamatkan gamenya.

b) RSI

RSI adalah cedera fisik berulang-ulang dan dapat menyebabkan kecacatan, misalnya sering pegal, dan nyeri tulang belakang yang bisa membuat bentuk tulang belakang tidak proposional.

c) Kerusakan Mata

Sinar biru pada layar TV atau monitor komputer dapat menyebabkan kerusakan pada mata, yaitu mengikis luetin pada mata sehingga mengakibatkan pandangan kabur degenerasi makula.

d) Maag

Remaja yang kecanduan main game umumnya banyak yang lupa waktu termasuk lupa jam makan. Keadaan seperti ini dapat memicu timbulnya penyakit maag.

e) Epilepsi (ayan)

Kilatan-kilatan cahaya dengan pola tertentu pada video game dapat memicu penyakit epilepsi atau ayan.

Di samping dampak buruk, ternyata bermain game online juga memberikan dampak positif bagi kesehatan antara lain:

- a) Bermanfaat untuk merawat pasien dengan penyakit atau gangguan kesehatan tertentu, misalnya fisioterapi pada anak-anak yang mengalami cedera tangan.
- b) Jenis game tertentu, misalnya Wii Fit dapat menyegarkan dan menyehatkan badan, karena para pemainnya bisa dibilang sedang melakukan olah raga sambil bermain game. Jenis game ini juga bisa dimanfaatkan untuk terapi menurunkan berat badan bagi para pemain video game yang menderita obesitas.
- c) Bermain game bisa dijadikan hiburan untuk menenangkan pasien dengan penyakit tertentu. Game dapat digunakan sebagai pengalih perhatian yang ampuh bagi anakanak yang sedang menjalani perawatan yang menimbulkan rasa sakit, misalnya kemoterapi.
- d) Bermain game online bisa memacu otak untuk berkembang pesat bagi penderita yang bermasalah dengan otak.

b. Kepribadian

Main game online telah menjadi salah satu hiburan paling populer di dunia, jauh mengungguli bentuk-bentuk

permainan dan hiburan anak lainnya. Hal ini terjadi karena game menawarkan banyak pilihan, di mana para pemain game diajak untuk menghadapi dilema moral, interaksi sosial, dan memecahkan berbagai masalah yang sering kali terjadi dalam kehidupan nyata, sehingga mereka selalu tertarik pada hal-hal baru. Dalam hal ini, anak-anak akan selalu ingin bermain game online dan akhirnya menjadi kecanduan game online.

Jika remaja menjadi kecanduan game online sudah dapat dipastikan waktu mereka akan banyak dihabiskan untuk bermain game online sehingga waktu untuk melakukan hal-hal lain tidak ada. Hal ini lama kelamaan dapat mempengaruhi kepribadian anak. Kepribadian adalah organisasi dinamis di dalam setiap individu yang menentukan penyesuaian dirinya yang unik terhadap lingkungannya. Dengan kata lain, kepribadian mencakup semua penampilan diri seseorang yang menjadi ciri khasnya yang meliputi:

1. Sifat
2. Kebiasaan
3. Sikap
4. Tingkah Laku
5. Bentuk Tubuh

Gordon W. Allport menyatakan bahwa kepribadian terdiri dari temperamen dan watak. Temperamen adalah sifat-sifat yang berhubungan dengan emosi atau perasaan, misalnya pemarah, pemurung, periang, dan sebagainya. Sementara itu watak adalah sifat-sifat yang berhubungan dengan nilai kemanusiaan, misalnya jujur, pemalas, dan pembohong. Kehadiran game online dengan berbagai tema sudah lama disinyalir membawa dampak buruk terhadap kepribadian anak. Banyak orang yang melaporkan bahwa anak-anak yang gemar bermain game online berubah menjadi anak-anak yang berperilaku kompulsif, agresif, cuek pada kegiatan dan lingkungan sekitar, dan berbagai tingkah laku aneh lainnya. Anak yang terlalu sering bermain game online akan mendapat dampak negatif terhadap perilaku mereka dalam jangka panjang. Anak-anak akan bisa berperilaku menyimpang, seperti mencuri, suka bolos sekolah, pemalas dan agresif.

Dampak bermain game online pada kepribadian remaja antara lain:

- 1) Suka Mencuri

Remaja mencuri, mengambil uang orang tuanya atau mengkorupsi uang untuk jatah membeli buku pelajaran demi untuk bermain game online.

2) Malas

Akibat sering bermain game online, remaja menjadi sering lupa dengan kewajibannya, yaitu belajar, mengerjakan PR, dan melakukan tugas rumah sehari-hari.

3) Suka Berbohong

Sikap remaja yang suka berbohong biasanya terkait dengan kegemarannya bermain game. Remaja cenderung untuk berbohong demi dapat bermain game online, misalnya berbohong sudah mengerjakan PR, berbohong bahwa ia tadi masuk ke sekolah padahal bolos.

4) Suka Bolos Sekolah

Sering remaja bolos sekolah dan pergi ke warnet bersama teman-temannya. Perilaku menyimpang ini tentu mengakibatkan remaja ketinggalan pelajaran.

5) Kurang Bergaul

Akibat keseringan bermain game online, remaja akan menjadi kurang bergaul karena hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang karena waktu bersama mereka yang jauh berkurang.

6) Menjadi Agresif

Kekerasan dalam game online menimbulkan perilaku agresif pada anak-anak dan remaja. Menurut Ron Solby

(dalam Rini, 2011:38) menjelaskan bahwa tidak ada bedanya antara dampak kekerasan yang disebabkan oleh game online dengan tayangan TV, ia menjelaskan bahwa ada 4 macam dampak kekerasan dalam TV atau game online terhadap perkembangan kepribadian anak, anatar lain:

1. Dampak aggressor di mana sifat jahat dari remaja semakin meningkat.
2. Dampak korban di mana remaja menjadi penakut dan semakin sulit mempercayai orang lain.
3. Dampak pemerhatian di mana remaja menjadi kurang peduli terhadap kesulitan orang lain.
4. Dampak nafsu di mana keinginan remaja untuk melihat atau melakukan kekerasan dalam mengatasi setiap permasalahan meningkat.

Terlepas dari dampak negatif, ada pula dampak positif yang bisa diperoleh degan bermain game online bagi kepribadian anak. Dampak-dampak positif tersebut antara lain:

1. Bermain game online dapat menghilangkan stress dan rasa bosan sehingga dapat dijadikan pelarian oleh anak-anak yang sedang tertekan atau memiliki masalah dengan kepribadiannya. Kebiasaan buruk

anak juga dapat ditekan dengan mengalihkan perhatiannya pada game online.

2. Bermain game online menjadikan anak-anak lebih fokus terhadap apa yang terjadi sekelilingnya dari pada anak-anak yang jarang atau bahkan tidak main game sama sekali. Game online hadir dalam beragam tema dan nuansa, seperti petualangan, simulasi, konflik, dan lain-lain tentang kehidupan fiktif maupun nyata, sehingga banyak menambah pengalaman pada anak-anak. Itulah sebabnya anak-anak menjadi lebih tanggap dan fokus terhadap situasi yang terjadi di lingkungan sekitar.

c. Game Online Mobile Legends

1. Pengertian Game

Game bermakna permainan, teori permainan adalah suatu cara belajar yang digunakan dalam menganalisa sejumlah permainan maupun perorangan yang menunjukkan strategi- strategi rasional. Teori itu dikemukakan oleh John Von Ann and Oscar Morganstern, menurutnya permainan terdiri atas sekumpulan peraturan yang membangun situasi bersaing dari dua atau beberapa orang kelompok dengan memilih strategi yang dibangun untuk memaksimalkan kemenangan sendiri ataupun untuk memaksimalkan kemenangan lawan.

Game online menurut Kim dkk, game atau permainan dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang samamelalui jaringan komunikasi online atau internet. Selanjutnya Winn dan Fisher mengatakan bahwa *multiplayer online game* adalah pengembangan dari *single player* dengan bentuk dan metode yang sama serta konsep yang sama dengan *game* lain akan tetapi dapat dimainkan oleh banyak pemain dalam waktu yang sama. Salah satu *game* yang terpopuler saat ini adalah *game mobile legends*.

Game online adalah permainan yang dimainkan secara *online* via *internet*. *Game* dengan fasilitas *online* via *internet* menawarkan fasilitas lebih dibandingkan dengan *game* biasa (seperti *video game*) karena pemain lain diseluruh penjuru dunia melalui *chatting*.

Jadi dapat disimpulkan *game* disini adalah sebuah permainan yang dimainkan secara *online* baik itu melalu *android* ataupun *pc* dan permainan dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama melalui jaringan komunikasi *online* atau *internet*(Adiningtiyas, 2017).

2. Pengertian Mobile Legends

Mobile Legends Bang Bang merupakan jenis *game multiplayer online battle arena* (MOBA) yang dipublikasikan oleh perusahaan Moonton. *Game* ini menampilkan modus

pertempuran lima lawan lima, pertarungan *classic 3-lane*, serta pertandingan negara melawan negara. Didalam *game mobile legends* bang bang terdapat saluran komunikasi verbal berupa *dicord*, *mikrofon* dan *voice chat*, komunikasi non-verbalnya berupa *sticker* , emoji. Sedangkan bentuk komunikasi verbal berupa *maabar* (main bersama), istilah-istilah khusus seperti *noob*, *AFK*, *GGWP*, *GG*, *Savage*, *Buff*, dan sebagainya (Valentina & Sari, 2018).

Mobile Legends Bang Bang rilis pada *android* di China, Indonesia, Malaysia pada tanggal 11 Juli 2016, dan *IOS* rilis tanggal 9 November 2016. *Genre game* ini adalah *MOBA* yang didesain untuk pengguna *smarthphone* dengan tambahan *virtual pad*. Cara bermain melibatkan dua tim yang saling menyerang untuk menghancurkan, hingga mempertahankan *base*, permainan ini terdapat tiga jalur, jalur “*top*”, “*middle*”, dan “*bottom*”. Satu tim terdiri dari lima player yang memilih satu hero untuk dimainkan, memiliki pasukan kecil yang membantu untuk menyerang musuh dengan sebutan “*minions*”, setiap jalur memiliki tower “*turrent*” untuk membantu pertahanan.

Game online Mobile Legends adalah jenis game yang saat ini sedang diminati, game ini berbasis *MOBA* (*massive onlinebattle arena*) adalah *genre game online* yang memadukan dua jenis genre game yaitu real time strategi (*RTS*) dan *role playinggame*

(RPG) dimana pemain menjalankan satu karakter dari duatim yang berlawanan dengan tujuan untuk menghancurkan markas lawan. Setiap karakter (*hero*) yang dimainkan memiliki peran (*skill*) dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing sehingga dituntut untuk bekerjasama dengan anggota tim untuk memenangkan pertandingan.

Umumnya *game mobile legends* menyediakan sistem penghargaan, misalnya skor yang dihitung berdasarkan tingkat keberhasilan yang dicapai dalam menyelesaikan tugas-tugas yang ada dalam permainan tersebut. Sehingga bermain *game mobile legends* dapat memberikan rasa penasaran dan kepuasan tersendiri bagi para pemain. Beberapa tournament *game mobile legends* sudah diadakan baik itu di Indonesia maupun di luar negeri (Ramadani, 2018).

B. PENELITIAN RELEVAN

1. Jurnal yang berjudul “*Kecanduan Smartphone Ditinjau Dari Kontrol Diri Dan Jenis Kelamin Pada Siswa SMA Mardasiswa Semarang*” yang disusun oleh Tri Mulyanti dan Frieda NRH, Volume.7 Nomor 4. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *smarthphone* padasiswa kelas X dan XI SMA Mardasiswa Semarang. Persamaan dengan

penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada sama-sama membahas tentang kontrol diri pada remaja, sedangkan perbedaannya terletak pada subjek penelitian dan lokasi penelitian(Mulyati & Frieda, 2018).

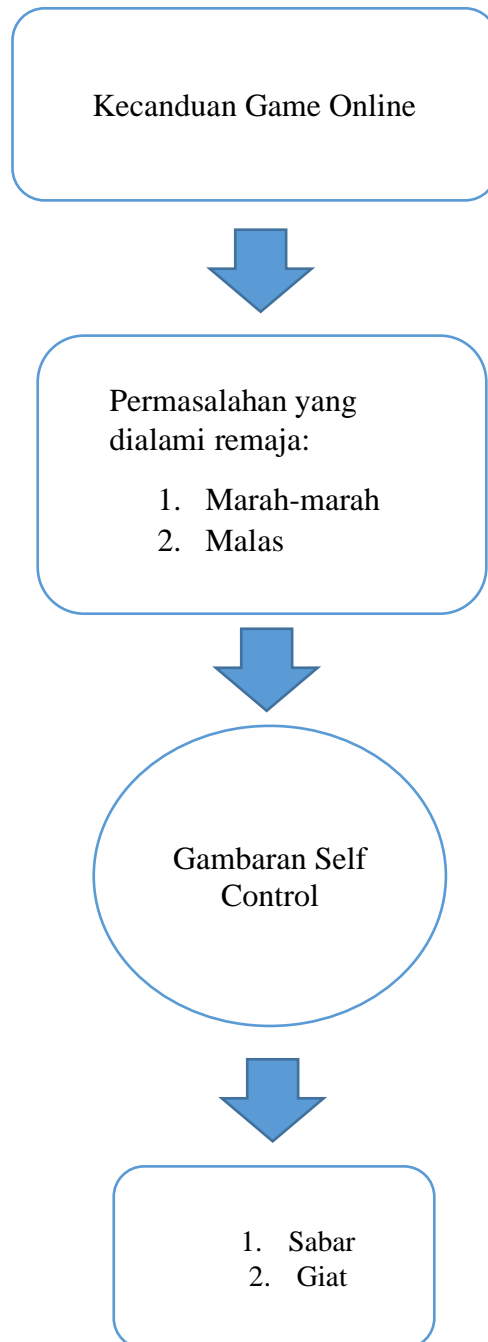
2. Jurnal yang berjudul “*Hubungan Kontrol Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa*” yang disusun oleh Citra Putri Intani dan Ifdil, Volume.4 Nomor 2. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontrol diri siswa SMAN 7 Padang, mengidentifikasi prestasi belajar siswa SMA N 7 Padang dan mengidentifikasi hubungan kontrol diri dengan prestasi belajarsiswa SMA N 7 Padang. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berdasarkan secara keseluruhan berada pada kategori sedang, kontrol diri siswa berdasarkan aspek perilaku berada kategori sedang, dan aspek kognitif serta aspek kontrol keputusan berada kategori sedang. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada fokus penelitian, sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian dan masalah yang ada di penelitian(Intani & Ifdil, 2018).
3. Jurnal yang berjudul, “*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir*” yang disusun oleh Resti Fauzul Muna dan Tri Pujiastuti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja dan seberapa besar

peran kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan media sosial. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah permasalahan dan fokus penelitian, sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian dan subjek penelitian(Muna,TT).

4. Jurnal yang berjudul “*Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya*” yang disusun oleh Eryzal Novrialdy. Penelitian ini bertujuan membahas tentang upaya pencegahan kecanduan *game online*. Mengkaji berbagai alternatif untuk mencegah kecanduan *game online* terutama terhadap remaja yang mengalaminya. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah permasalahan penelitian, sedangkan perbedaannya terletak pada pembahasan mengenai game online. Penelitian ini hanya membahas *game online* secara universal, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan lebih dispesifikasikan yaitu *game online MobileLegends*(Novrialdy, 2019).
5. Jurnal yang berjudul “*Dampak Game Online Mobile Legends Bang Bang Terhadap Mahasiswa*” yang disusun oleh Devita Rani, Effiati Juliana Hasibuan dan Rehia K. Isabela Barus. Volume 7. Nomor 1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah dampak positif dan dampak negatif dari bermain *game online Mobile Legends : Bang Bang* terhadap mahasiswa di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Medan Area. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah permasalahan penelitian, sedangkan

perbedaannya terletak pada subjek penelitian dan lokasi penelitian(Rani et al., 2019).

C. Kerangka Berfikir



Keterangan :

Kerangka ini merupakan bagian yang menjadi panduan dalam melaksanakan penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti mengenai gambaran kontrol diri remaja yang kecanduan *game online mobile legends* dengan. Secara umum, kontrol diri bertujuan memperoleh keberhasilan, kemajuan, dan kebahagiaan. Dari kerangka berpikir diatas menjelaskan bahwa permasalahan yang dialami oleh remaja pecandu *game online* adalah marah-marah dan malas. Dengan permasalahan yang dialami remaja peneliti menjelaskan gambaran *self control* remaja yang kecanduan *game online mobile legends*.

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan, serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor perilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilakunya (Harahap, 2017). Menurut Ghufron & Rini (2011:21) menjelaskan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi yang positif.

Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. Kecanduan game online adalah salah satu bentuk kecanduan yang bersifat dengan perilaku tidak sehat yang kompulsif atau perilaku yang dilakukan secara terus-menerus dalam memainkan *game online (Mobile Legends)*

untuk mendapatkan kepuasan tersendiri sehingga akan sulit berhenti atau membatasinya meski perilaku tersebut menyebabkan masalah dari segi sosial maupun emosionalnya. Akan dikatakan kecanduan *game online* kalau seseorang benar-benar tidak bisa terlepas dari *game online* tersebut bahkan sampai pada pikirannya. Melihat dari pengertian kecanduan maka dapat disimpulkan bahwa memainkan *game online* secara berlebihan dengan melupakan hal-hal yang lainnya. *Game online* menjadi fokus utama dan mendapat perhatian yang besar daripada hal-hal yang lainnya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. TEMPAT DAN WAKTU

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang dilakukan di Desa Grobogan, Malangjiwan, Colomadu.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan kurang lebih selama dua bulan, yaitu pada bulan Oktober sampai bulan Desember.

B. PENDEKATAN PENELITIAN

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan metode kualitatif. Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang bermaksud memahami, menghasilkan data fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian dengan cara deskripsi. Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini penulis menggunakan metode sebagai berikut :

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif karena penelitian tidak memberikan tindakan apapun terhadap objek penelitian. Peneliti hanya melakukan observasi, mengumpulkan, dan menafsirkan data yang ada di lapangan sebagaimana adanya untuk

kemudian mengambil kesimpulan. Menurut Bogdan dan Taylor (Pujianto & Paramita, 2018), penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang dihasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.

Pendekatan ini dipilih berdasarkan dua alasan. *Pertama*, permasalahan yang dikaji dalam penelitian tentang model pembelajaran demokrasi melalui pengembangan organisasi kemahasiswaan ini membutuhkan sejumlah data lapangan yang sifatnya aktual dan kontekstual. *Kedua*, pemilihan ini didasarkan pada keterkaitan masalah yang dikaji dengan sejumlah data primer dari subjek penelitian yang tidak dapat dipisahkan dari latar belakang alamiah.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus. Studi kasus menurut Denny (dikutip Guba & Lincoln, 1987) merupakan studi yang menguji secara lengkap dan intensif segi-segi, isu-isu, dan mungkin peristiwa tentang latar geografik secara berulang-ulang. Ditinjau dari lingkup wilayahnya, maka penelitian kasus hanya meliputi daerah atau subjek yang sangat sempit, tetapi ditinjau dari sifat penelitian, penelitian kasus lebih mendalam dan membicarakan kemungkinan untuk memecahkan masalah yang aktual dengan mengumpulkan data, menyusun dan mengaplikasikannya dan menginterpretasikannya.

Metode studi kasus merupakan metode yang intensif dan teliti

tentang pengungkapan latar belakang, status, dan interaksi lingkungan terhadap individu, kelompok, instansi dan komunitas masyarakat tertentu. Metode ini akan melahirkan prototipe atau karakteristik tertentu yang khas dari kajiannya. Penelitian yang dilakukan peneliti ini berfokus pada kontrol diri terhadap remaja pecandu *game online mobile legends* di Desa Grobogan, Malangjiwan Colomadu.

2. Sifat Penelitian

Dilihat dari sifatnya penelitian ini bersifat deskriptif yaitu: penelitian yang mempunyai tujuan untuk membuat pencandraan sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi daerah tertentu. Jenis penelitian ini menggambarkan tentang kondisi remaja pecandu game online mobile legends di Desa Grobogan. Serta menggambarkan data dan memberikan analisis untuk memperoleh kejelasan dan kebenaran tentang masalah yang dihadapi.

C. SUMBER DATA

1. Data Primer

Menurut Sugiyono data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Menurut Suharsimi Arikunto data primer merupakan data yang di kumpulkan melalui pihak pertama, biasanya dapat melalui wawancara, jejak pendapat dan lain-lain (Arikunto, 2013). Dalam penelitian ini data primer berasal dari hasil wawancara dengan remaja di Desa Grobogan untuk memperoleh data

yang peneliti inginkan.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh orang yang melakukan penelitian dari sumber-sumber yang telah ada. Data ini digunakan untuk mendukung informasi primer yang telah diperoleh yaitu dari bahan pustaka, literature, penelitian terdahulu, buku, dan lain sebagainya.

D. SUBJEK DAN OBJEK PENELITIAN

Subjek merupakan data yang penting dalam penelitian yang dijadikan tumpuan penelitian bagi peneliti dalam mengungkapkan problematika penelitian. Dari jenis penelitian yang digunakan peneliti maka pengambilan subjek dengan cara purposive sampling. Purposive sampling adalah metode dimana peneliti memilih sampel didasarkan pengetahuan penelitian tentang sampel yang akan dipilih peneliti hanya memilih sampel yang oleh peneliti dianggap tepat untuk penelitiannya dan bisa memberikan informasi sesuai dengan kebutuhan penelitian. Metode ini tidak termasuk kedalam metode pemilihan sampel yang *scientific (non-scientific method)* sehingga dampaknya dapat berpengaruh terhadap hasil penelitian karena pada metode ini terdapat cukup banyak kerancuan (*“involves a high amount of ambiguity”*). Namun, metode ini banyak dilakukan pada penelitian eksplorasi dengan pendekatan kualitatif, karena pada rancangan penelitian ini pemahaman dan pertimbangan peneliti dalam pemilihan sampel yang

sesuai dengan tujuan penelitian merupakan aspek yang penting (Widarsa et al., 2022).

Penelitian ini adalah remaja yang kecanduan *game online Mobile Legends* yang kurang memperhatikan bagaimana pentingnya mengontrol diri. Penelitian ini mengambil tiga subjek inti yaitu karena sesuai dengan penelitian yang akan diteliti. Subjek yang berperilaku negatif seperti susah mengontrol diri. Sedangkan yang menjadi objek penelitiannya adalah Desa Grobogan Malangjiwan, Colomadu. Untuk menentukan informan yang sesuai dengan penelitian ini, peneliti memilih informan yang sesuai dengan kebutuhan data yaitu remaja akhir sampai dewasa awal.

INFORMAN	IDENTITAS INFORMAN PENELITIAN				
	NAMA	USIA	AGAMA	GENDER	ALAMAT
1.	ASR	20 th	ISLAM	Laki-laki	Grobogan, Colomadu
2.	RA	22 th	ISLAM	Laki-laki	Grobogan, Colomadu
3.	TK	25 th	ISLAM	Laki-laki	Grobogan, Colomadu

E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

1. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara melakukan pengamatan secara langsung dan pencatatan secara sistematis terhadap kegiatan yang sedang berlangsung. Observasi yaitu melakukan pengamatan langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan. Pada teknik observasi, peneliti melakukan pengamatan terhadap remaja di Desa Grobogan Colomadu yang mengalami kecanduan game online *Mobile legends*(Sudaryono, 2016).

2. Wawancara

Wawancara merupakan cara pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung maupun tidak langsung oleh pewawancara (peneliti) kepada responden, dan jawaban-jawaban dari responden dicatat atau direkam dengan menggunakan alat berupa *tape recorder* atau sejenisnya(Soehartono, 2008). Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa remaja di Desa Grobogan yang mengalami kecanduan *game online Mobile Legends*.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dalam penelitian untuk memperoleh data-data langsung dari tempat penelitian seperti catatan, laporan kegiatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, dokumen, peraturan, agenda, dan data yang relevan dengan

penelitian. Dalam pelaksanaan teknik pengumpulan data ini, peneliti melakukan pengumpulan dokumen-dokumen yang terkait dengan fokus penelitian, seperti buku, arsip, foto, dan lain sebagainya(Sudaryono, 2016).

F. TEKNIK KEABSAHAN DATA

Keabsahan data merupakan tahapan penelitian di mana membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar penelitian ilmiah dan untuk menguji data yang diperoleh ketika penelitian berlangsung. Adapun uji keabsahan data dalam penelitian ini, antara lain :

1. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik merupakan uji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama namun dengan teknik yang berbeda. Hal ini bertujuan untuk mengecek konsistensi data hasil penelitian. Apabila data yang diperoleh ada perbedaan, peneliti harus melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data mana yang dianggap benar(Sari & Santy, 2016).

2. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber merupakan uji kredibilitas data dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Hal ini bertujuan untuk melakukan kroscek sebelum ditarik kesimpulan.

G. TEKNIK ANALISIS DATA

Teknik analisis data merupakan proses mencari dan menyusun informasi secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, dan lain sebagainya sehingga mudah dipahami dan disampaikan kepada orang lain. Dalam penelitian ini, tahapanteknik analisis data, peneliti melakukan 3 tahapan, antara lain :

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan yang tertulis di lapangan. Dengan demikian, reduksi data berarti bahwa penyederhanaan data yang diperoleh saat di lapangan(Siyoto & Muhammad, 2015). Pada tahapan ini, peneliti melakukan pemilahan hal-hal pokok yang ada di lapangan dan dikerucutkan sehingga data lebih mudah dibaca dan lebih terperinci. Pada tahapan ini ada data yang dipakai dan yang terbuang.

2. Penyajian Data

Pada tahapan ini peneliti menampilkan data secara sederhana dalam bentuk kata-kata , kalimat, naratif, tabel, grafik dengan tujuan agar peneliti mampu membaca data dengan mudah dan dikuasai sehingga ia mampu mengambil keputusan dengan tepat. Penyajian data merupakan penyajian informasi yang sudah disusun berdasarkan kategori yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan.

3. Penarikan Kesimpulan

Pada tahapan ini, sebelum melakukan penarikan kesimpulan harus melakukan verifikasi data. Hal ini bertujuan agar kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian. Verifikasi data harus dilakukan secara kontinu dan berkala saat proses penelitian. Sebelum melakukan penarikan kesimpulan akhir, harus ada kesimpulan sementara di mana hal itu bertujuan agar data yang masuk lebih bermakna. Sehingga pada tahapan analisis data peneliti harus menggali data langsung ke lapangan dan mengolahnya dengan cara menulis kejadian apa yang terjadi, mengedit data, mengklasifikasikan data, mereduksi data, dan menyajikan data sehingga data dapat ditarik kesimpulannya(Sugiono, 2013).

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum

Secara geografis, Colomadu jauh terpisah dari kecamatan lainnya di Karanganyar, bahkan tak menyatu secara fisik. Jika dilihat dari peta, Colomadu berada lebih dekat dengan Kota Solo, Sukoharjo dan Boyolali. Letaknya yang terpisah menyebabkan Colomadu disebut sebagai wilayah eksklave. Colomadu tumbuh menjadi daerah yang maju karena banyak terdapat perumahan, perhotelan, industri maupun perkantoran. Hal tersebut disebabkan Colomadu berada di jalur strategis, yakni berada dengan Bandara Adi Soemarmo di Boyolali dan jalan utama Solo-Jogja maupun Solo-Semarang.

Di kecamatan Colomadu terdapat beberapa desa, salah satunya yaitu desa Malangjiwan. Desa Malangjiwan berbatasan dengan beberapa daerah, yaitu di sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Ngemplak Kabupaten Boyolali, sebelah barat berbatasan dengan Desa Bolon, sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo dan sebelah timur berbatasan dengan Desa Paulan. Terdapat beberapa lembaga pendidikan formal di Desa Malangjiwan yaitu SDN 1 hingga SDN 6 Malangjiwan, SD Angkasa, SD Muhammadiyah Plus Malangjiwan, SMPN 2 dan SMPN 3 Colomadu serta SMP Angkasa.

Di dalam desa Malangjiwan terdapat beberapa dusun yaitu salah satunya

dusun Grobogan. Grobogan merupakan sebuah dusun di desa Malangjiwan yang berada di kecamatan Colomadu Karanganyar. Grobogan terdapat dua Rukun Warga yaitu RW 05 dan RW 06. RW 05 terdapat lima Rukun Tetangga yaitu RT satu hingga RT lima. Sedangkan RW 06 hanya terdapat empat RT yaitu RT satu hingga empat.

B. Temuan penelitian

1. Informasi Penelitian

Informan dalam penelitian ini yaitu remaja akhir hingga dewasa awal yang mengalami kecanduan *game online mobile legends*. Berikut data informan penelitian:

Tabel 1

Data Informan Penelitian

INFORMAN	IDENTITAS INFORMAN PENELITIAN				
	NAMA	USIA	AGAMA	GENDER	ALAMAT
1.	ASR	20 th	ISLAM	Laki-laki	Grobogan, Colomadu
2.	RA	22 th	ISLAM	Laki-laki	Grobogan, Colomadu
3.	TK	25 th	ISLAM	Laki-laki	Grobogan, Colomadu

2. Masalah Yang Ditemui

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa remaja di Desa Grobogan Colomadu yang mengalami kecanduan game online mobile legends terdapat keterangan sebagai berikut :

“Kalau untuk game online mobile legends, awal mula ya pastinya hanya coba-coba bermain mas, seiring berjalan waktu la kok keterusan, jadi sering bermain game mobile legends hingga lupa waktu dan juga malas untuk melakukan hal lain, karena gini mas, game online mobile legends itu game yang tidak membosankan kalau menurut saya, karena permainan/mode yang ada di game tidak monoton, selalu ada versi-versi terbaru atau update sehingga muncul mode pertandingan beraneka macam, sehingga tidak mudah bosan saat bermain game tersebut.”(Andhika Satria, 20th)

Menurut keterangan diatas timbulnya kecanduan *game online mobile legends* pada remaja karena pertama kali hanya mencoba saja, lalu seiring berjalan waktu dan banyak teman yang bermain *game online mobile legends* menjadi kecanduan tanpa henti.

Kecanduan yang terjadi terhadap remaja yang bernama Andhika Satria Ramadhan(ASR), Rukhul Amin(RA), dan Topan Kurniawan(TK) merupakan tiga remaja yang diambil sebagai narasumber. Hal ini yang melatar belakangi para pecandu *game online mobile legends* antara lain remaja menjadi bersikap negatif seperti marah-marah dan bermalas-

malasan.

3. Aspek Kontrol Diri

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya. Kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menenmpatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

“Saya malas kuliah, karena sering begadang hingga larut malam saat bermain game online mobile legends hingga jadi bangun kesiangan.” (Topan Kurniawan,25th)

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara mengintreprestasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas

dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

“Eeee, ya itu mas yang susah, kalau saya itu sering emosi saat maen game mobile legends. Saat maen mobile legends banyak yang bermain ngetroll atau tidak serius, padahal saya maen serius. Ada mas, bukan rahasia lagi, di mobile legends banyak yang toxic ngomong kasar, bahkan sampai bawa-bawa orang tua mas. Jadi ya tetap terpancing emosi.” (Rukhul Amin,22th)

c. Kontrol Pengambilan Keputusan (*Desicional Control*)

yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengambil keputusan.

”Jadi ya membatasi waktu lamanya saya bermain game mas, seperti biasanya saya bermain game bisa berjam-jam bahkan bisa sampai enam jam, tapi sekarang saya mulai belajar mengurangi jadi satu hingga dua jam

sehari mas.” (Andhika Satria Ramadhan,20th)

4. Faktor *Self Control*

Kontrol diri terdapat pada dalam diri tidaklah sama,hal tersebut dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pembentukannya. *Self control* sebagai mediator psikologis dan berbagai perilaku. Menurut Ghufron & Risnawati (2012) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi dua yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil dalam kontrol diri adalah usia. Cara orang tua menegakan disiplin, cara orangtua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengapresiasi kemarahan (pernah emosi atau mampumenahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Menurut Baumeister & Boden (1998) mengemukakan bahwa faktor kognitif yaitu berkenaan dengan kesadaran berupa proses-proses seseorang menggunakan pikiran dan pengetahuannya untuk mencapai suatu proses dan cara-cara yang tepat atau strategi yang sudah dipikirkan terlebih dahulu.

“Eee, cara saya yaitu mencoba untuk menahan diri dan mencoba untuk menanamkan di pikiran untuk lebih mencoba berpikir positif”(Andika Satria Ramadhan,20th)

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu.

"Ya saya merasa terganggu mas, bahkan juga bisa membuat saya ikut emosi dengan orang tersebut." (Rukhul Amin,22th)

C. Analisis Pembahasan

Setelah menyajikan data hasil lapangan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Maka peneliti melakukan analisis data. Analisis ini dilakukan untuk memperoleh suatu hasil penemuan di lapangan berdasarkan permasalahan yang diteliti. Berikut data yang diperoleh dari penyajian data adalah sebagai berikut:

1. Aspek *Self Control*

Self Control menjadi hal yang sangat penting bagi remaja pecandu *game online mobile legends*. Dimana kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Dengan *self control* itu sendiri dapat mengontrol suatu tindakan individu yang negatif menjadi lebih

baik. Apalagi untuk remaja yang masih berperilaku negatif dalam bermain *game online mobile legends*(Adiningtiyas, 2017).

Menurut Averill (dalam Sarafino, 1994), terdapat tiga aspek pengontrolan diri yaitu :

a. *Behavioral Control*

Berkaitan dengan kemampuan untuk mengambil tindakan yang konkrit untuk mengurangi dampak stressor. Tindakan tersebut mungkin dapat mengurangi intensitas peristiwa yang penuh dengan tekanan atau memperpendek jangka waktu. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi(Kustiyani, 2021).

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa ada tiga subjek yang menyatakan bahwa pengontrolan diri pada remaja kurang saat bermain game dan saat melakukan hal lain. Sehingga berpengaruh pada kebiasaan yang tidak baik. Hal tersebut terjadi pada subjek ASR yang malas melakukan hal lain seperti malas ibadah dan malas bersosialisasi dengan masyarakat sekitar, kemudian subjek RA sering emosi saat bermain game dan malas melakukan kegiatan yang lain, dan subjek TK malas kuliah dan malas beribadah.

b. *Cognitif Control*

Merupakan kemampuan untuk menggunakan proses dan strategi yang sudah dipikirkan untuk mengubah pengaruh stressor. Ini untuk memodifikasi akibat dari tekanan-tekanan. Strategi tersebut termasuk dalam hal yang berbeda atau fokus pada kesenangan atau pemikiran yang netral atau membuat sensasi. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

Di dalam penelitian ini ada tiga subjek yang menyatakan bahwa ASR saat bermain game masih labil dalam mengontrol emosi, sedangkan RA saat bermain game lebih sering emosi sampai membatik apapun yang ada disekitarnya dan menggebrak meja, dan TK juga emosi tetapi masih bisa mengontrol emosi dengan baik di bandingkan dua subjek yang lain.

c. *Decisional Control*

Merupakan kesempatan untuk memilih antara prosedur alternatif atau cara bertindak. Dalam Averill (1973), decisional control merupakan seseorang untuk memilih hasil atau suatu

tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Self control dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan.

Di dalam penelitian ini ada tiga subjek yang mengatakan bahwa ASR mencoba untuk menahan diri dan mencoba untuk menanamkan di pikiran untuk lebih berfikir positif. Sedangkan subjek RA lebih sering melampiaskan emosinya dan hanya menahan diri sebisanya, dan subjek TK lebih sering melatih mengontrol amarah saat bermain *game online mobile legends*.

2. Faktor *Self Control*

Dalam terbentuknya *self control* menurut Ghufron&Risnawati (2012) membagi faktor menjadi 2(dua) yaitu :

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya komunikasi, cara orangtua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri.

Dijelaskan dari tiga subjek bahwa subjek ASR mudah marah, malas dan kurang bersosialisasi terhadap masyarakat sekitar, sedangkan subjek RA sering marah-maraha saat bermain

game dan mudah tersinggung, dan subjek TK suka marah-marah tapi masih bisa mengontrol.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu. Menurut Block dan Block (Gufon & Risnawati, 2010) ada tiga jenis kualitas kontrol diri, adalah over control, under control, dan appropriate control (Marsela & Supriatna, 2019).

Dari penelitian yang dilakukan bahwa tiga subjek menjelaskan bahwa ASR pertama kali mengenal game karena coba-coba dan menjadi kecanduan sampai sulit mengontrol diri dengan baik, RA pertama kali mengenal game dari teman nongkrong lalu menjadi kecanduan sampai begadang setiap hari, lalu menjadi sering marah berlebihan saat bermain game dan sampai menggebrak meja dan membanting hp juga, dan subjek TK pertama kali mengenal game juga dari teman nongkrong seiring berjalannya waktu game menjadi kegiatan sehari-hari hingga lupa waktu.

3. Fungsi *Self Control*

Messina dan Messina (dalam Singgih D. Gunarsa, 2009), menyatakan bahwa pengendalian memiliki beberapa fungsi :

a. Membatasi perhatian individu kepada orang lain.

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya pula, tidak sekedar berfokus pada kebutuhan, kepentingan, atau keinginan orang lain di lingkungannya. Perhatian yang terlalu banyak pada kebutuhan, kepentingan, atau keinginan orang lain akan menyebabkan individu mengabaikan bahkan melupakan kebutuhan pribadinya (Tri & Sos, 2019).

Dari penelitian yang dilakukan tiga subjek bahwa subjek ASR setiap bertemu teman tujuannya untuk bermain game sampai tidak kenal waktu sehingga tidak memikirkan dirinya sendiri, dari menjadi lupa beribadah, malas berangkat sekolah karena mengantuk, dan menjadi malas bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Sedangkan RA juga sama saat bersama teman-temannya RA terlalu asyik bermain game sehingga lupa waktu dan keseharian yang lain terabaikan, dan TK juga sama bermain game sampai lupa waktu apalagi saat malam hari sampai larut malam, sehingga sering terlambat dan kadang tidak masuk kuliah.

b. Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di

lingkungannya.

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan membatasi ruang bagi aspirasi dirinya dan memberikan ruang bagi aspirasi orang lain supaya terakomodasi secara bersama-sama.

Dari penelitian yang dilakukan tiga subjek bahwa subjek ASR saat bermain game bersama teman-teman dalam keadaan kalah atau permainan tidak sesuai sampai salah satu temannya marah ASR kadang juga ikut marah apalagi kalah dalam permainan, sedangkan RA saat bermain game bersama teman-temannya juga begitu tetapi RA lebih parah sampai membanting hp dan menggebrak meja, dan subjek TK juga marah-marah tetapi TK lebih memilih diam jika teman-temannya marah saat melakukan permainan jika tidak sesuai yang diinginkan, tetapi TK tidak memarahi temannya yang sedang emosi saat bermain game.

c. Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif.

Individu yang memiliki pengendalian diri akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Pengendalian diri memiliki arti sebagai kemampuan individu untuk menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku (negatif) yang tidak sesuai dengan norma sosial.

Dari penelitian tiga subjek bahwa subjek ASR saat bermain game online bisa mengendalikan emosi jika tidak di pancing oleh

teman dan lawan bermainnya, sedangkan RA masih sulit mengendalikan diri saat bermain game tapi sudah mulai mencoba berubah jauh lebih baik, karena RA sadar bahwa emosinya mengganggu teman sekitarnya, dan subjek TK bisa mengendalikan diri saat bermain game karena TK jika sudah emosi saat bermain game dia mencoba istirahat dahulu agar tidak semakin emosi saat bermain game.

- d. Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang.

Individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang ingin dipenuhinya. Dalam hal ini, pengendalian diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup(I. kemala Nasution, 2007).

Dari penelitian yang dilakukan tiga subjek bahwa subjek ASR sekarang bisa mengurangi kebiasaan bermain game sepanjang hari kaarena ASR sadar bahwa ada yang lebih penting yang haruws kerjakan, apalagi kuliah juga penting untuk masa depannya, sedangkan RA masih mencoba mengurangi kebiasaan bermain game online dan mencoba ke hal yang lebih penting karena RA merasa jika bermain game bisa meluapkan emosinya, dan TK juga mencoba membiasakan diri tidak selalu ngame yang dilakukan karena banyak kebutuhan yang lain yang harus dipenuhi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Self Control merupakan nilai mental yang sangat penting bagi pembentukan kepribadian remaja. Remaja yang kecanduan game online mobile legends berdampak pada kebiasaan yang negatif seperti mudah marah-marah dan malas melakukan kegiatan selain bermain *game online* seperti malas belajar, malas beribadah, dan malas bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Self Control menjadi hal yang sangat penting bagi remaja pecandu game online mobile legend. Dimana kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Dengan self control itu sendiri dapat mengontrol suatu tindakan individu yang negatif menjadi lebih baik. Apalagi untuk remaja yang masih berperilaku negatif dalam bermain *game online mobile legends*.

Remaja pecandu game online mobile legends cenderung individual, karena kurangnya sosialisasi dan hanya berfokus pada game saja. Terdapat tiga aspek yang menggambarkan self control pada remaja pecandu game online mobile legends, salah satunya yaitu kontrol perilaku (*behavior control*). Remaja belum bisa mengontrol diri saat bermain game online mobile legends, seperti marah-marah dan malas.

B. Saran

Berdasarkan bahasan dan kesimpulan penelitian diatas, peneliti menyampaikan saran-saran berikut :

1. Bagi remaja, diharapkan kepada mereka agar tidak terjadi lagi kecanduan dalam memainkan *game online mobile legends*, karena dapat merusak kepribadian remaja menjadi remaja yang bertingkah laku negatif dan sebaiknya game hanya untuk mengisi waktu luang saja. Utamakan kegiatan yang harusnya dilakukan seperti belajar, beribadah, dan membantu orang tua.
2. Bagi pembaca, semoga dengan adanya penelitian ini maka pembaca dapat mengetahui gambaran *self control* dan efek yang terjadi kepada remaja yang kecanduan *game online mobile legends*.
3. Bagi peneliti selanjutnya, semoga penelitian ini bisa menjadi acuan dan pandangan untuk melakukan penelitian yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtiyas, S. W. (2017). Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 4(1), 28–40. <https://doi.org/10.33373/kop.v4i1.1121>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma*, 6(2), 55–65. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Ghufron, M. N., & Risnawati Suminta, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruz Media.
- Harahap, J. Y. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), 131–145. <https://doi.org/10.22373/je.v3i2.3091>
- Ikhwan, H. (2021). *Hubungan Antara Self Control Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa SMP N 17 Pekanbaru*. 1–67.
- Indri Abriani, A., Abdullah, Z., & Sumule, M. (n.d.). Perilaku Komunikasi Pengguna Game Online Mobile Legends (Studi Kasus Pada Mahasiswa FISIP Universitas Halu Oleo). *Ilmu Komunikasi*.
- Intani, C. P., & Ifdil, I. (2018). Hubungan Kontrol Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(2), 65–70.

<https://doi.org/10.29210/120182191>

Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan* (1st ed.). KENCANA.

Khotimah, K., & Minarni, E. (2016). Pengaruh Konseling Kelompok dengan Behavioral Teknik Kontrol Diri untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas X TKR SMK Muhammadiyah 6 Rogojampi. *Jurnal Uniba*, 1(1), 69–78. <https://doi.org/10.31227/osf.io/70>

Kustiyani, R. (2021). Adiksi Game Online Mobile Legend Pada Anak. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.29103/jpt.v2i1.3627>

Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Mulyati & Frieda. (2018). *Jenis kelamin pada siswa SMA Mardasiswa Semarang survei APJII (asosiasi penyelenggara jasa Internet Indonesia) menunjukkan pertumbuhan media lainnya . Hal ini didukung oleh survei Indonesian Digital Ssociation (IDA) yang*. 7(Nomor 4), 152–161.

Muna, R. F., Astuti, T. P., & Kunci, K. (n.d.). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir
Correlation Between Self Control With a Tendency of Social Media Addiction in Late Adolescence. *Kecenderungan Kecanduan Media Sosial, Kontrol Diri, Remaja Akhir*.

Nasution, I. K. (2007). Stres Pada Remaja. In *Universitas Sumatra Utara*.

- Nasution, I. kemala. (2007). *Perilaku Merokok Pada Remaja*.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158.
<https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Pujianto, L., & Paramita, S. (2018). Hambatan Rebranding Boyband Dragonboyz dalam Industri Musik di Indonesia. *Prologia*, 2(2), 415–421.
<https://doi.org/10.24912/pr.v2i2.3721>
- Ramadani, M. I. F. (2018). *Penarikan Diri Dalam Game Online (Studi Deskriptif Kualitatif Withdrawal Gamer Mobile Legends Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMS 2014)*.
<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127>
<http://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v31i03/pdf/3103009.pdf>
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=
- Sari, O. A., & Santy, W. H. (2016). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian personal hygiene anak tunagrahita di SLB Tunas Mulya Kelurahan Sememi kecamatan Benowo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 164–171.
- Siyoto, S., & Muhammad, A. S. (2015). *DASAR METODOLOGI PENELITIAN* (Ayup (ed.); cetakan 1). Literasi Media Publishing.
- Soehartono, I. (2008). *Metode Penelitian Sosial*. PT Rosdakarya.
- Sudaryono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Kencana.

Sugiono. (2013). METODE DAN TEHNIK PENELITIAN. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

Suplig, M. A. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar. *Jurnal Jaffray*, 15(2), 177. <https://doi.org/10.25278/jj71.v15i2.261>

Tri, M., & Sos, L. S. (2019). *Program Studi SI Ilmu Komunikasi , Fakultas Komunikasi dan Bisnis , Universitas Telkom pemain secara online , karena sampai saat ini istilah “ MOBA ” masih diperdebatkan oleh beberapa penggunanya , dimana mereka lebih memilih menggunakan istilah ARTS (Action Real Time Strategy) . Bila kita tarik jauh kebelakang , sejarah game MOBA sebenarnya diprakarsai dari genre RTS (Real Time Strategy) , yang menariknya telah dibuat sebelum tahun 90- an . Salah satu pembuat dari game RTS sendiri adalah Herzog Zwei yang dibuat pada tahun 1989 untuk console sega . (Sumber Begitu mewabahnya online gaming , membuat para perusahaan smartphone memakainya sebagai salah satu penarik minat gamers untuk membeli produk mereka . Saat ini banyak bermunculan smartphone – smartphone yang menawarkan handphone khusus gaming dengan berbagai fitur agar para gamers bisa bermain game di handphone mereka . Banyak pelajar dan mahasiswa yang menghabiskan waktunya untuk bermain game di handphone mereka . Mereka seringkali tidak mau diganggu , bahkan untuk makan ataupun oleh dering telepon sekalipun . Definisi Multiplayer Tommy Mannien menyebutkan : menurut Dari game MOBA ini , kita bisa menemukan game – game yang tidak hanya dapat dimainkan secara*

individual , melainkan dapat dimainkan secara massal (online) dengan orang – orang se- Indonesia . Mereka menyebutnya dengan Multiplayer Online Battle Arena (MOBA). Game MOBA ini menjadi sarana bagi para gamers untuk bertukar pengalaman , strategi , tips dan trik atau hanya membuka wawasan sosial dengan oranglain dengan minat yang sama . Secara harfiah game MOBA dapat diartikan sebagai pertempuran dalam suatu arena yang dilakukan oleh beberapa “ Multiplayer games enable players to communicate and collaborate in joint game season . Whatever the activity is about shooting each other with rocket launcher or arraging virtual weddings , the underlying theme is about toghetherness . Players may have different reason for playing these games , but they all still want to play with – or against-other people . Berdasarkan definisi diatas dapat diketahui bahwa dari multiplayer games. 6(3), 6396–6403.

Tripambudi, B., & Sri Indrawati, E. (2018). HUBUNGAN ANTARA KONROL DIRI DENGAN PERILAKU KOMSUMTIF PEMBELIAN GADGET PADA MAHASISWA TEKNIK INDUSTRI UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Empati*, 7(2), 189–195.

Valentina, E., & Sari, W. P. (2018). Studi Komunikasi Verbal dan Non Verbal Game Mobile Legends: Bang Bang. *Koneksi*, 2(2), 300–306.

<https://doi.org/10.24912/kn.v2i2.3899>

W Santrock, J. (2011). *Life-Span Development Perkembangan Masa-Hidup*. Erlangga.

Widarsa, I. K. T., Astuti, P. A. S., & Kurniasari, N. M. D. (2022). *Metode Sampling Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Baswara Press.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Guide Wawancara

ASPEK	INDIKATOR	ITEM
<p><i>Behavior Control</i> (Kontrol Perilaku)</p>	<p><i>Regulated Administration</i> (Kemampuan mengatur pelaksanaan) dan <i>Stimulus modifiability</i> (Kemampuan memodifikasi stimulus)</p>	<p>1. Bagaimana cara anda mengontrol diri dalam bermain <i>game online mobile legends</i>?</p> <p>2. Bagaimana cara anda untuk mengatasi emosi saat bermain <i>game online mobile legends</i>?</p> <p>3. Mengapa anda bisa sampai kecanduan <i>game online mobile legends</i>?</p> <p>4. Mengapa anda saat bermain <i>game online mobile legends</i> hingga terbawa emosi ?</p> <p>5. Mengapa anda malas melakukan kegiatan lainnya selain bermain <i>game online mobile legends</i>?</p>
<p><i>Cognitive Control</i> (Kontrol Kognitif)</p>	<p><i>Information Gain</i> (Memperoleh informasi)</p>	<p>1. Bagaimana cara anda sebagai pemain <i>game mobile legends</i> mengontrol diri agar tidak mudah tersulut emosi dengan perilaku yang tidak diinginkan?</p>

	<i>Appraisal</i> (Melakukan penilaian)	<p>2. Bagaimana anda menyikapi emosi saat bermain agar tidak mengganggu lingkungan sekitar?</p> <p>3. Bagaimana pendapat anda tentang orang yang bermain <i>game online mobile legends</i> hingga emosi dan mengganggu anda saat disampingnya?</p>
<i>Decesional Control</i> (Mengontrol Keputusan)	Mengontrol Keputusan	<p>1. Bagaimana cara anda mengambil keputusan agar dapat mengurangi kebiasaan game online mobile legends secara terus menerus?</p> <p>2. Bagaimana sikap anda terhadap diri sendiri saat ingin mengurangi bermain <i>game online</i> tetapi di dalam hati masih ingin mengulangi lagi?</p>

Lampiran 2

Guide Observasi

Dalam observasi, penelitian menggunakan observasi terus terang atau tersamar, secara garis besar maka penelitian akan mengamati yang menjadikan fokus penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Mengamati langsung di lapangan mengenai situasi dan kondisi dari pihak

yang menjadi narasumber.

2. Melihat mengenai gambaran *Self Control* Remaja yang mengalami kecanduan karena game online Mobile Legends yang ada di Desa Grobogan Colomadu.
3. Melihat kondisi subjek secara langsung untuk dijadikan narasumber penelitian.

Lampiran 3

Laporan Hasil Observasi

Laporan Hasil Observasi 1

Hari/Tanggal : Rabu, 2 November 2022

Tempat : Grobogan Colomadu

Observasi pertama tanggal 2 November 2022, saya sudah mengatur waktu untuk bertemu dengan Andhika Satria (AS) di rumahnya. Pukul 19.00 saya tiba di rumah Andhika, sesampainya di rumah Andhika, saya menjelaskan untuk melakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan tentang gambaran Self Control remaja pecandu game Online Mobile Legends. Saya pun akhirnya diizinkan untuk melakukan wawancara terkait materi remaja pecandu game online Mobile Legends. Setelah menjelaskan maksud kedatangan dan apa yang saya butuhkan, saya kemudian melakukan wawancara dengan santai hingga kurang lebih saya melakukan wawancara sampai satu jam. Dengan disisipi beberapa obrolan yang lebih mencairkan suasana dan membuat narasumber dapat bercerita secara lebih

santai dan alami.

Laporan Hasil Observasi 2

Hari/Tanggal : Kamis, 3 November 2022

Tempat : Grobogan Colomadu

Observasi ketiga Tanggal 3 November 2022, saya sudah janji untuk bertemu dengan Rukhul Amin (RA) dirumahnya. Pukul 15.00 saya tiba di rumah Rukhul. Sesampainya di rumah Rukhul saya menjelaskan untuk melakukan wawancara dengan beliau terkait gambaran *Self Control* remaja pecandu *Game Online Mobile Legends* yang ada di desa Grobogan. Saya pun akhirnya diizinkan untuk melakukan wawancara terkait materi tentang remaja pecandu *Game Online Mobile Legends*.

Setelah menjelaskan maksud kedatangan dan apa yang saya butuhkan, saya kemudian melakukan wawancara dengan santai hingga kurang lebih saya melakukan wawancara sampai dua jam. Kami melakukan obrolan dengan sangat santai serta membicarakan pengalaman dan berbagai permasalahan yang dialami narasumber. Suasana sangat begitu mencair, narasumber sangat nyaman menceritakan apa yang dialaminya sejak menyadari bahwa dirinya kecanduan *Game Online Mobile Legends*

Laporan Hasil Observasi 3

Hari/Tanggal : Kamis, 3 November 2022

Tempat : Grobogan Colomadu

Observasi kedua tanggal 3 November 2022, saya sudah mengatur waktu untuk bertemu dengan Topan Kurniawan (TK) dirumahnya. Pukul 19.00 sesampainya di rumah Topan, saya menjelaskan maksud kedatangan saya untuk melakukan wawancara terkait tentang gambaran *Self Control* remaja pecandu *Game Online Mobile Legends*. Saya pun akhirnya diizinkan untuk melakukan wawancara terkait materi remaja pecandu *Game Online Mobile Legends*.

Setelah menjelaskan maksud kedatangan dan apa yang saya butuhkan, saya kemudian melakukan wawancara kurang lebih setengah jam. Karena yang bersangkutan sedang akan ada acara. Tetapi walaupun hanya sebentar, saya mendapatkan jawaban mengenai point penting yang menjadi topik materi penelitian saya.

Lampiran 4

Verbatime Wawancara

NARASUMBER 1

NAMA : Andhika Satria

LOKASI : Grobogan, Colomadu

WAKTU : 2 November 2022

No.	Verbatime Wawancara	Keterangan
1.	P: Assalamu'alaikum mas, sebelumnya maaf	

	<p>ya ganggu waktunya sebentar.</p> <p>N: Waalaikumsalam mas, iya gapapa, santai aja hehe.</p> <p>P: Gimana kabarnya mas, sehat?</p> <p>N: Alhamdulillah sehat mas.</p>	Opening
5.	<p>P : Masih main <i>game online mobile legends</i> mas?</p> <p>N : Oiya masih mas.</p> <p>P : Mas ini kan sebagai pemain, gimana cara sampean mengontrol diri saat bermain game online mobile legends mas?</p> <p>N : Eeee, mengontrol diri dalam hal apa ni mas?</p>	
10.	<p>P : Mengontrol diri dalam hal waktu dulu deh mas, gimana?</p> <p>N : Kalau masalah waktu, gini mas saya itu mulai belajar untuk membatasi waktu saya bermain game mas.</p> <p>P : Membatasi ? itu berarti gimana maksudnya?</p> <p>N : Jadi ya membatasi waktu lamanya saya bermain game mas, seperti biasanya saya bermain game bisa berjam-jam bahkan bisa</p>	Kontrol Pengambilan Keputusan (decisional control)

	sampai enam jam, tapi sekarang saya mulai belajar mengurangi jadi satu hingga dua jam sehari mas.	
15.	<p>P : Oalah begitu, berarti masih belajar untuk konsisten dalam masalah waktu ya mas.</p> <p>N : Iya begitu mas, masih sulit.</p> <p>P : Oiyaa mas, bagaimana cara anda untuk mengatasi emosi saat bermain <i>game online mobile legends</i> ?</p> <p>N : Eee, cara saya yaitu mencoba untuk menahan diri dan mencoba untuk menanamkan di pikiran untuk lebih mencoba berpikir positif.</p>	
20.	P : Mencoba berpikir positif? Itu contohnya seperti apa mas?	
	<p>N : Ya contohnya seperti menekankan kepada diri sendiri bahwasanya game hanyalah hiburan semata.</p> <p>P : Sejauh ini apakah berhasil cara anda untuk mencoba menanamkan pikiran positif tersebut?</p> <p>N : Kalau berhasil sih belum mas, masih banyak belum berhasilnya. Tapi, kadang</p>	Kontrol perilaku (behavior control)

	juga bisa.	
25.	<p>P : Jadi itu gimana awal mula anda bisa kecanduan bermain <i>game online mobile legends</i>?</p>	
	<p>N : Kalau untuk <i>game online mobile legends</i>, awal mula ya pastinya hanya coba-coba bermain mas, seiring berjalan waktu la kok keterusan, jadi sering bermain game mobile legends hingga lupa waktu dan juga malas untuk melakukan hal lain, karena gini mas, game online mobile legends itu game yang tidak membosankan kalau menurut saya, karena permainan/mode yang ada di game tidak monoton, selalu ada versi-versi terbaru atau update sehingga muncul mode pertandingan beraneka macam, sehingga tidak mudah bosan saat bermain game tersebut.</p>	
	<p>P : Oiya mas tadi kan anda menyebutkan bahwa anda juga malas melakukan kegiatan lainnya saat bermain game mobile legends? Itu kenapa dan malas dalam hal apa saja mas?</p>	

	<p>N : Iya mas karena saat bermain game mobile legends saya sudah terlalu asik hingga lupa waktu. Malas kegiatan lainnya ya seperti malas beribadah, saat tiba waktu sholat saya tidak menghiraukan, malas bersosialisasi dengan sekitar seperti tidak ikut karang taruna di Desa.</p>	
30.	<p>P : Oalah begitu mas, cukup. Saran saya sebaiknya anda belajar untuk membagi waktu, menahan emosi, dan lebih belajar lagi untuk memilah serta memilih kegiatan yang lebih positif ya mas. Terimakasih mas.</p>	<p>Pemberian saran dan penutup</p>
	<p>N : Iya mas baik sama-sama.</p>	

NARASUMBER 2

NAMA : Rukhul Amin

LOKASI : Grobogan, Colomadu

WAKTU : 3 November 2022

No.	Verbatime Wawancara	Keterangan
1.	P: Hallo mas amin, gimana kabarnya?	Opening
	N:Hallo mas adit, Alhamdulillah mas sehat.	
	P: Terimakasih ya mas sudah meluangkan waktunya untuk wawancara.	
	N: Iya mas santai aja hehe.	
5.	P : Langsung saja ya mas, gimana cara anda mengontrol diri saat bermain <i>game online mobile legends</i> ?	
	N : Kalau saya biasanya mencari kesibukan atau kegiatan lain agar tidak fokus ke game mas.	
	P : Kegiatan lain seperti apa itu mas?	
	N : Ya seperti melakukan pekerjaan rumah dan tugas kuliah.	
10.	P : Apa dengan cara tersebut berhasil untuk mengontrol diri agar bisa membatasi	

	bermain game?	
	N : Belum sepenuhnya berhasil mas, eee...cuman kadang-kadang aja, lebih sering melupakan kegiatan lainnya.	
	P : Jadi lebih sering fokus hanya ke game ya mas?	
	N : Ya begitu mas.	
15.	P : Bagaimana cara anda agar tidak emosi saat bermain game <i>mobile legends</i> ?	Kontrol kognitif (cognitive control)
	N : Eeee, ya itu mas yang susah, kalau saya itu sering emosi saat maen <i>game mobile legends</i> .	
	P : Apa yang membuat anda sering terbawa emosi mas?	
	N : Saat maen <i>mobile legends</i> banyak yang bermain ngetroll atau tidak serius, padahal saya maen serius.	
16.	P : Selain troll? Apa ada yang membuat emosi naik mas?	Faktor internal di Game Online
	N : Ada mas, bukan rahasia lagi, di <i>mobile legends</i> banyak yang toxic ngomong kasar, bahkan sampai bawa-bawa orang tua mas. Jadi ya tetap terpancing emosi.	

	<p>P : Gitu ya mas, kalau emosi biasanya lebih lega melampiaskan atau menahan mas?</p>	
	<p>N : Lebih ke melampiaskan mas, kalau menahan sebisanya, kalau ga tahan ya dilampiaskan hehe...</p>	
20.	<p>P : Melampiaskan bagaimana itu contohnya mas?</p>	
	<p>N : Gebrak meja, banting hp juga sering mas. Yang penting hatinya lega.</p>	
	<p>P : Seperti itu juga bukannya malah merugikan diri sendiri mas?</p>	
	<p>N : Iya juga sebenarnya mas, saya belum bisa mengontrol emosi sepenuhnya mas.</p>	
25.	<p>P : Oiyaa mas, lanjut ke pertanyaan berikutnya ya mas. Selain emosi apakah ada hal lain yang disebabkan karena kecanduan <i>game mobile legends</i>?</p>	
	<p>N : Iya mas ada, malas. Malas melakukan kegiatan lainnya.</p>	
	<p>P : Kegiatan lainnya seperti apa mas?</p>	
	<p>N : Kegiatan karang taruna, juga sering melupakan kewajiban beribadah.</p>	
30.	<p>P : Berarti jarang bersosialisasi dengan</p>	

lingkungan sekitar juga ya mas.	Saran dan Penutup
N : Iya begitu mas.	
P : Lanjut ya mas, bagaimana sikap anda terhadap orang yang bermain game online mobile legends hingga emosi dan mengganggu anda saat disampingnya?	
N : Ya saya merasa terganggu mas, bahkan juga bisa membuat saya ikut emosi dengan orang tersebut.	
P : Nah iya begitu mas, itu juga yang dirasakan orang lain ketika anda mengganggu orang disekitar. Saran saya lebih menjaga kenyamanan orang lain juga mas, dan serta lebih sabar saat menghadapi emosi.	
N : Oiya mas, terimakasih sarannya.	

NARASUMBER 3

NAMA : Topan Kurniawan

LOKASI : Grobogan, Colomadu

WAKTU : 3 November 2022

No.	Verbatim Wawancara	Keterangan
1.	P: Selamat sore mas	Opening
	N: Iya mas selamat sore.	
	P: Bagaimana kabarnya mas?	
	N: Alhamdulillah sehat mas. Ada yang bisa saya bantu?	
5.	P : Iya mas, sebelumnya terimakasih mau meluangkan waktunya untuk saya wawancarai.	
	N : Iya mas gapapa santai aja hehe.	
	P : Langsung saja ya mas, gimana cara anda mengontrol diri saat bermain <i>game online mobile legends</i> ?	
	N : Kalau saya biasanya lebih ke melatih cara agar bisa mengontrol amarah.	
10.	P : Ada hal lain kah mas? Misal malas melakukan hal lain?	

	<p>N : Iya mas, malas juga melakukan kegiatan lain saat bermain game online mobile legends.</p>	Kontrol perilaku (behavior control)
	<p>P : Seperti apa itu mas contoh kegiatan lain?</p>	
	<p>N : Saya malas kuliah, karena sering begadang hingga larut malam saat bermain game online mobile legends hingga jadi bangun kesiangan.</p>	
15.	<p>P : Selain kegiatan kuliah apalagi mas?</p>	
	<p>N : Ya itu mas, beribadah. Saat kumpul maen game bareng temen-temen, sering menghiraukan waktu sholat.</p>	
	<p>P : Mengapa anda bisa kecanduan <i>game online mobile legends</i>?</p>	
	<p>N : Eeee...karena kebiasaan kalau menurutku mas. Yaaa, iseng-iseng awalnya jadi keterusan.</p>	
16.	<p>P : Kenapa anda kalau bermain game online mobile legends hingga terbawa emosi ?</p>	
	<p>N : Kalah saat bermain. Karena gini mas, awal mula bermain game sudah salah menanamkan pikiran bahwa game harus tentang kemenangan, sangat berambisi untuk</p>	

	meningkatkan rank.	
	<p>P : Gitu ya mas, berarti anda sadar bahwa hal tersebut memicu amarah, hingga menimbulkan hal negatif yang bisa juga terjadi di luar game?</p> <p>N : Iya sadar mas, tapi sulit untuk menghilangkan ambisi yang sudah tertanam dari awal. Jadi ya kalau kalah ga terima dan bisa membuat saya marah.</p>	Kontrol kognitif (cognitive control)
20.	<p>P : Sudah adakah cara dari masnya sendiri untuk mencoba mengurangi intensitas bermain <i>game online mobile legends</i> ?</p> <p>N : Pernah mas, mencoba mengurangi bermain, tapi akhirnya kembali bermain lagi.</p> <p>P : La itu gimana perasaannya saat mencoba berhenti bermain?</p> <p>N : Bingung mas, gabut. Mau melakukan kegiatan lainnya yang sudah dicoba tapi tetap pikiran tertuju ke bermain <i>game mobile legends</i> terus.</p>	
25.	<p>P : Oiyaa mas, terimakasih sebelumnya, maaf ini ada sedikit saran untuk anda, belajar untuk lebih yakin dan lebih giat</p>	

	berusaha untuk meninggalkan zona nyaman bermain <i>game online mobile legends</i> . Karena <i>game just a game</i> , hanya hiburan bukan kegiatan.	Pemberian saran dan penutup
	N : Baik mas. Terimakasih juga sarannya.	

*Lampiran 5***Dokumentasi****Wawancara dengan subjek ASR****Di rumah subjek ASR pada hari Rabu, 2 November 2022 pukul 19.00 WIB****Subjek RA dan TK tidak berkenan untuk di dokumentasikan*

*Lampiran 6***Surat Pernyataan Kesediaan Responden**


SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi menjadi responden/ narasumber penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Aditya Yuda Prasetya
NIM : 171221121
Judul : Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu

Saya telah menerima penjelasan dari peneliti terkait dengan segala sesuatu mengenai penelitian ini. Saya mengerti bahwa informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Selain itu jawaban yang saya berikan adalah jawaban sebenarnya sesuai dengan apa yang saya alami tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Responden

(.....*Andhika Sabria*.....)


SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi menjadi responden/ narasumber penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Aditya Yuda Prasetya
NIM : 171221121
Judul : Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu

Saya telah menerima penjelasan dari peneliti terkait dengan segala sesuatu mengenai penelitian ini. Saya mengerti bahwa informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Selain itu jawaban yang saya berikan adalah jawaban sebenarnya sesuai dengan apa yang saya alami tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Responden

(.....*Rukhul Ann*.....)

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi menjadi responden/ narasumber penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Aditya Yuda Prasetya

NIM : 171221121

Judul : Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan Colomadu

Saya telah menerima penjelasan dari peneliti terkait dengan segala sesuatu mengenai penelitian ini. Saya mengerti bahwa informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Selain itu jawaban yang saya berikan adalah jawaban sebenarnya sesuai dengan apa yang saya alami tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Responden

(.....
Topan Kurniawan.....)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Aditya Yuda Prasetya

NIM : 171221121

E-mail : adityudap4998@gmail.com

No. Hp : 088237192504

Alamat : Grobogan, Rt.2/5 Malangjiwan, Colomadu

Riwayat Pendidikan : SDN 3 Malangjiwan, SMP N 3 Colomadu, SMA N Colomadu

Pengalaman Organisasi : GAS-21

Nama Ayah : Alm. Muh. Arief Tri Susilo

Nama Ibu : Kiky Sri Rejeki

Pekerjaan Orang Tua : Swasta