

# **PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TERHADAP KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA YANG BERMAIN DI INTERNET CAFE POSEIDON SURAKARTA**

Faiqur Rijal Hammam, Setiyo Purwanto, S.Psi, M.Si., Psikolog

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

## **Abstrak**

Perkembangan game yang sebelumnya hanya dapat dimainkan secara *offline* mengalami transformasi yang signifikan. Mendefinisikan kecanduan game *online* sebagai perilaku berlebihan dalam interaksi manusia dan mesin, seperti bermain game *online*. Adapun beberapa factor yang mrrmprngaruhi kecanduan game seperti kontrol diri, konformitas. Penelitian ini bertujuan untuk mendalami korelasi antara tingkat kontrol diri dan tingkat konformitas pada remaja yang tengah mengalami kecanduan permainan daring di lingkungan Internet Cafe Poseidon Solo. Hipotesis mayor pada penelitian ini adalah terdapat korelasi antara Kontrol diri dan Konformitas terhadap kecanduan bermain game pada remaja. Kemudian hipotesis minor pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kontrol diri terhadap kecanduan game *online* Terdapat hubungan positif antara konformitas terhadap kecanduan game *online*. Penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional. Populasi penelitian ini adalah remaja yang bermain game di Internet Cafe Poseidon Surakar. Sampel penelitian ini adalah 100 remaja yang bermain game di Internet Cafe Poseidon Surakarta. Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala kontrol diri, skala konformitas dan skala Kecanduan Game. Metode analisis data yang digunakan adalah regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang sangat signifikan kontrol diri dan konformitas terhadap kecanduan game ( $F=37.938$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ). Terdapat pengaruh negatif sangat signifikan kontrol diri terhadap kecanduan game ( $t = -5,235$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ). Terdapat pengaruh positif sangat signifikan konformitas terhadap kecanduan game ( $t = 3.623$ ;  $p=0,000$ ;  $p < 0,01$ ). Tingkat kecanduan game member internet cafe Poseidon tinggi, tingkat kontrol diri pada member internet cafe Poseidon tergolong rendah, dan tingkat konformita pada member internet cafe Poseidon tergolong sangat tinggi. Sumbangan efektif sebesar 43,9% dengan rincian kontrol diri berpengaruh lebih besar yaitu 27,27 % dan konformitas berpengaruh 16,59 %.

Kata kunci: game online,kecanduan game, konformitas, kontrol diri.

## **Abstract**

*The development of games that previously could only be played offline has undergone a significant transformation. Defines online gaming addiction as excessive behavior in human-machine interactions, such as playing online games. There are several factors that influence game addiction, such as self-control and conformity. This research aims to explore the correlation between the level of self-control and the level of conformity in teenagers who are addicted to online games in the Poseidon Solo Internet Cafe environment. The major hypothesis in this research is that there is a correlation between self-control and conformity on gaming addiction in adolescents. Then the minor hypothesis in this research is that there is a negative relationship between self-control and online game addiction. There is a positive relationship between conformity and online game addiction. This research uses quantitative correlational. The population of this study were teenagers who played games at the Poseidon Surakar Internet Cafe. The sample for this research was 100 teenagers who played games at the Poseidon Surakarta Internet Cafe. The sampling technique used is incidental sampling. The data collection method uses a self-control scale, conformity scale and Game Addiction scale. The data analysis method used is multiple regression. The results showed that there was a very significant influence of self-control and conformity on game addiction ( $F=37.938$ ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ). There is a very significant negative effect of self-control on game addiction ( $t = -5.235$ ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ). There is a very significant positive effect of conformity on game addiction ( $t =$*

3.623;  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ). *The level of game addiction among Poseidon internet cafe members is high, the level of self-control among Poseidon internet cafe members is low, and the level of conformity among Poseidon internet cafe members is very high. The effective contribution was 43.9%, with details of self-control having a greater influence, namely 27.27% and conformity having an influence of 16.59%.*

Keywords: *online games, game addiction, conformity, self-control.*

## 1. PENDAHULUAN

Kemajuan dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) meningkat seiring berjalannya waktu, terutama dibidang game. Awalnya, game online dominan muncul dalam bentuk simulasi perang atau penerbangan yang pertama kali dikembangkan untuk keperluan militer. Namun, seiring berlalunya waktu, game-game tersebut kemudian dijadikan produk komersial setelah dilepaskan dari aspek militer, memberikan inspirasi bagi lahirnya game-game lain yang mengalami pertumbuhan yang cepat (Akbar, 2020)

Perkembangan game yang sebelumnya hanya dapat dimainkan secara offline mengalami transformasi yang signifikan. Hadirnya game daring memungkinkan pemain untuk bermain secara online tanpa adanya batasan waktu (Fajri, 2012). Saat ini, istilah "game online" telah menjadi akrab, khususnya di kalangan generasi muda. Game online adalah jenis permainan video yang mengharuskan pemain bekerja sama dengan orang lain sambil bermain dari jarak jauh dengan koneksi internet. Popularitas permainan ini semakin meluas, didukung oleh banyaknya warung internet atau bisa disebut dan pusat permainan atau game center yang tersebar luas di Indonesia, menjadi tempat favorit bagi anak muda ((August & Paramita, 2022)

Bermain Game Online merupakan bentuk hiburan bagi sebagian besar pemain, dan bahkan dapat menjadi profesi yang menghasilkan penghasilan tinggi bagi beberapa individu yang memiliki keterampilan dalam permainan. Di kehidupan sehari-hari, game tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan untuk remaja, tetapi juga sebagai sarana pendidikan, promosi, dan sosialisasi. Sebagai bentuk hiburan, game memiliki berbagai genre seperti permainan role-playing (RPG), permainan platformer, dan permainan multiplayer online battle arena (MOBA), First Person Shooter (FPS), dan lainnya. FPS merupakan salah satu jenis game yang sangat diminati, dan salah satunya adalah Valorant, yang banyak digemari oleh remaja.

Berdasarkan Active Player.io, terdapat peningkatan sebesar 11,31% pada pemain Game Online Valorant, terlihat dari 22,1 juta pemain di akhir tahun 2022 menjadi 24,6 juta pemain di pertengahan tahun 2023, dengan 673 ribu pemain harian. Data yang dikumpulkan oleh We Are Social menunjukkan bahwa Indonesia menduduki peringkat ketiga di dunia dalam hal jumlah orang yang bermain game online. dengan 94,5% pemakai internet usia 16-64 tahun yang aktif bermain. CEO Melon Indonesia menyatakan bahwa pada tahun 2022, Indonesia memiliki 105 juta pemain game, dan diperkirakan akan mengalami peningkatan menjadi 127 juta pada tahun 2025. Dengan demikian data ini menunjukkan bahwa jumlah pemain game online dari tahun ke tahun meningkat.

Pertumbuhan pesat dalam industri game online juga tercermin di kota Solo, yang dapat diidentifikasi melalui kolaborasi antara produsen kartu grafis dan prosesor grafis Nvidia bersama Poseidon Game

Arena Solo, yang terletak di Jalan Depok 1, Manahan, Banjarsari, Solo. Icafe ini diakui sebagai yang besar, paling lengkap, serta paling modern di sebagai bagian dari program Nvidia Geforce. Mereka bersama-sama mengesahkan Icafe, yang merupakan singkatan dari Gelanggang e-sport atau lokasi untuk kegiatan olahraga digital (Juniarto, 2021.).

Peningkatan pemain game online di Indonesia merupakan fenomena kompleks yang memiliki dampak yang beragam. Game online dapat diibaratkan sebagai koin dengan dua sisi yang berbeda, tergantung pada penggunaannya (Gilbert dkk., 2020.).

Salah satu dari banyak masalah yang dihadapi pemain game adalah kecanduan game. Pada tahun 2018, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyertakan kecanduan bermain game dalam revisi laporan International Classification of Diseases edisi 11 (ICD-11). Oleh karena itu, kecanduan game diakui secara resmi sebagai gangguan kesehatan mental. (Wiguna dkk., 2020). ICD-11 menyatakan bahwa kecanduan game didefinisikan sebagai pola perilaku yang ditunjukkan oleh bermain game, baik secara online maupun offline, baik digital maupun online. Tanda-tanda kecanduan game termasuk ketidakmampuan untuk mengendalikan keinginan untuk bermain game, memberikan prioritas lebih tinggi pada bermain game daripada kegiatan lain, dan terus bermain game meskipun ada dampak negatif. (Wiguna dkk., 2020). Dari pernyataan di atas seharusnya tingkat kecanduan game online rendah, namun kenyataan yang terjadi dilapangan tingkat kecanduan game online tinggi.

Peluncuran game online sering kali ditujukan kepada kelompok remaja dan mahasiswa, karena kelompok ini cenderung memiliki tingkat rasa ingin tahu yang cukup tinggi. Dengan munculnya permainan terbaru yang sangat menarik, banyak anak muda menjadi rentan terhadap kecanduan dan mengalami kesulitan untuk melepaskan diri dari permainan tersebut (Putra dkk., 2019). Masa remaja adalah masa antara anak-anak dan dewasa.. Tahap ini sering kali membawa individu ke dalam situasi yang membingungkan, di mana mereka masih mempertahankan sisi kekanak-kanakan, tetapi juga dihadapkan pada tuntutan untuk berperilaku seperti orang dewasa (Rulmuzu, 2021). Pada masa transisi ini, remaja sering mengalami masalah, yang disebut sebagai "problem age" oleh Hurlock (1978).

Hurlock (1992) mengatakan rentang usia remaja berlangsung antara 13 tahun hingga 21 tahun, sementara Monks (1991) mengatakan bahwa masa remaja dimulai sebagai masa pubertas pada usia 12 tahun dan berakhir sebagai batas awal dewasa pada usia 21 tahun. Mappiare (1982) membagi rentang usia remaja dari sudut pandang teoritis dan psikologis, dengan mengatakan bahwa masa remaja awal berlangsung dari 12 atau 13 tahun hingga 17 atau 18 tahun, dan masa remaja akhir berlangsung dari 12 atau 13 tahun hingga

Kecanduan bermain game di internet tidak hanya menjadi kebiasaan di kalangan remaja di perkotaan, tetapi juga mulai menyebar di antara anak muda di daerah desa. Sebagai contoh, di Desa Sanrego Kabupaten Bone dan Desa Harapan Kabupaten Selayar, Kecanduan game online ditunjukkan

dalam kebiasaan remaja membawa perangkat genggam ke mana-mana. Kelompok remaja ini, sebagian besar masih berusia sekolah menengah (SMP/SMA), lebih suka menghabiskan waktu bermain game online. Keberatan muncul di kalangan orang tua karena anak-anak mereka enggan terlibat dalam kegiatan seperti berkebun atau menggarap sawah. Para guru juga menghadapi tantangan dengan kurangnya partisipasi siswa dalam pembelajaran online. Meski begitu, terdapat fenomena menarik di mana sebagian remaja melihat prospek bisnis dalam dunia game online, seperti menjual chip game (Hadisaputra dkk., 2022).

Menurut hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa" pada tahun 2021, disebutkan bahwa setelah dilakukan penelitian pada 40 responden menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menghabiskan waktu bermain game online selama 1 hingga 2 jam setiap hari. Ada berbagai motivasi yang mendasari keinginan mereka untuk bermain game online, seperti kepuasan, kegembiraan, menghindari kebosanan, mengisi waktu luang, hiburan, dan berbagi informasi tentang game online. Durasi bermain games dianggap tinggi jika bermain selama lebih dari 5 jam, tergolong sedang antara 3-5 jam, dan rendah antara 1-2 jam. Frekuensi bermain games dianggap tinggi jika individu bermain setiap hari, sedang antara 3-5 kali dalam seminggu, dan rendah antara 2 kali dalam seminggu (Sandya & Ramadhani, 2021).

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi remaja dalam bermain game online mencakup keasikan, kegembiraan, mengatasi kebosanan, mengisi waktu luang, mencari hiburan, menghindari interaksi sosial langsung, dan berbagi informasi tentang game online. Namun, penting untuk diingat bahwa bermain game melalui internet selama lebih dari 5 jam sehari dapat berkontribusi pada gangguan kesehatan mental pada remaja. WHO telah mengakui kecanduan bermain game sebagai gangguan mental dengan memasukkannya ke dalam rencana klasifikasi gangguan mental yang dikeluarkan dalam ICD-11, Laporan International Classification of Diseases edisi 11.

Mahasiswa aktif dari Fakultas Teknologi Industri Universitas Atma Jaya Yogyakarta, yang menjadi responden penelitian, menemukan bahwa bermain game online memengaruhi perilaku sosial mereka. (Bagas & Irianto, 2021.). Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian lain yang dilakukan oleh (Rudianto dkk., 2020) di dalam penelitian berjudul "Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada dewasa awal di Desa Mondoke". Hasilnya menunjukkan hubungan negatif antara kontrol diri dan kecanduan game online, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0.437 dan p-nilai sebesar 0.002 ( $p < 0.05$ ) yang menandakan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dan adiksi game online.

Studi lain oleh Herlangga (2019) menemukan hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan adiksi bermain game online, dengan nilai koefisien korelasi 0,397 dan  $p=0,000$ . Hasil penelitian Nurina Rahma menunjukkan hubungan signifikan antara konformitas teman sebaya dengan intensitas bermain game online pada pengguna usia 18 hingga 24 tahun di kota Samarinda.

Semakin tinggi konformitas teman sebaya, semakin intens bermain game online.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Kurnada & Iskandar, 2021) menyebutkan bahwa kecanduan game disebabkan oleh ajakan dari teman sebaya dan anggota keluarga, rasa penasaran, juga tidak memiliki pengawasan orang tua saat bermain game online. Game online memengaruhi perilaku sosial dan adiksi, yang dipengaruhi oleh kontrol diri, konformitas, dan lingkungan sosial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa game online dapat berdampak pada perilaku sosial dan adiksi, dan faktor-faktor seperti kontrol diri, konformitas, dan lingkungan sosial memainkan peran penting dalam dinamika ini.

Penelitian ini sangat penting karena terlihat tren yang signifikan dalam kecenderungan remaja untuk kecanduan game online. Menurut (Khosiiin, 2022), data yang dirilis oleh We are Social, perusahaan konsultan manajemen dari Inggris yang bekerja sama dengan Hootsuite, Sebuah penyedia konten daring Kanada mengatakan bahwa 37% dari 132,7 juta pengguna internet Indonesia bermain game dengan gawai. Pada tahun 2019, angka ini meningkat menjadi 83%. (wearesocial.com). Dengan dampak negatif yang dapat diberikan oleh kecanduan game online terhadap remaja, menjadi sangat penting untuk mengambil langkah-langkah yang dapat mencegah terjadinya kecanduan tersebut (Septilia Fajarseli, 2023)

Karena kecanduan game online memiliki dampak negatif terhadap kesehatan mental remaja, penting untuk melakukan pengukuran terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan tersebut. Tujuan dari pengukuran ini adalah untuk mengatasi dampak negatif yang mungkin terjadi pada kesehatan mental remaja akibat keterlibatan intensif dalam bermain game online.

(Griffiths & Davies, 2005) mendefinisikan kecanduan game online sebagai perilaku berlebihan dalam interaksi manusia dan mesin, seperti bermain game online. Perilaku ini dapat bersifat pasif, seperti menonton TV, atau aktif, seperti bermain game komputer, dan biasanya meningkatkan kecenderungan adiktif. Menurut Griffiths dan Davies, elemen yang digunakan untuk menjelaskan kecanduan game online meliputi salience, di mana bermain game menjadi aktivitas paling penting dalam kehidupan seseorang, menguasai pikiran, perasaan, dan perilaku. Mood modification mencakup pengalaman subjektif seseorang ketika bermain game sebagai cara untuk mengurangi stres, menyebabkan mereka merasa lebih tenang dan nyaman. Tolerance mencerminkan proses di mana orang membutuhkan lebih banyak waktu untuk bermain untuk mendapatkan suasana hati yang lebih baik. Withdrawal symptoms terkait dengan munculnya perasaan tidak menyenangkan dan dampak fisik saat bermain game tiba-tiba menurun atau dihentikan. Conflict melibatkan konflik yang terjadi karena terlalu banyak bermain game, baik dengan orang lain maupun dengan aktivitas sehari-hari lainnya. Relapse terkait dengan kecenderungan pemain untuk kembali ke gaya bermain game yang berlebihan setelah mencoba menguranginya. Penelitian oleh (Asri dkk., 2022.) menunjukkan beberapa alasan mengapa siswa menjadi kecanduan game online, termasuk keinginan untuk menjadi hebat dalam game, rasa bosan saat belajar dari rumah, ketidakmampuan untuk mengatur prioritas, kurangnya hubungan sosial, dan harapan orang

tua yang tinggi. Menurut Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009), kecanduan game online terjadi ketika seseorang menggunakan komputer atau smartphone secara berlebihan dan terus-menerus, yang dapat menyebabkan masalah pada aspek sosial dan emosional serta mengakibatkan ketidakmampuan pemain untuk mengendalikan penggunaan game secara berlebihan. Menurut Yee (2006), kecanduan game online merupakan perilaku di mana seseorang terus-menerus ingin bermain game online dan menghabiskan banyak waktu, sehingga individu tersebut mungkin tidak mampu mengontrol atau membatasi aktivitas tersebut.

Ghufron (2010), kontrol diri dapat didefinisikan sebagai kemampuan bawaan seseorang untuk mengatur emosi mereka dan memotivasi diri mereka sendiri untuk membuat pilihan yang baik. Selain itu, Ghufron (2010) menguraikan tentang bagaimana kontrol diri dipengaruhi oleh lingkungan sosial seseorang, serta kemampuan mereka untuk mengatur perilaku mereka, mendapatkan perhatian, dan menumbuhkan kecenderungan untuk terlibat dengan asosiasi lingkungan atau teman. Averill (dalam Ghufron, 2010) selanjutnya menggali sifat kontrol diri yang beragam, mengidentifikasi aspek-aspek utamanya sebagai kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Menurut Baumeister dan Boden (1998), konsep kontrol diri dapat dipahami melalui dua faktor kunci. Pertama, pengaruh orang tua terhadap kemampuan kontrol diri anak-anak mereka. Orang tua yang menggunakan gaya pengasuhan yang ketat dan otoriter secara tidak sengaja menghalangi kapasitas anak-anak mereka untuk mengatur diri mereka sendiri dan menavigasi situasi yang menantang dengan sensitivitas. Sangat penting bagi orang tua untuk menanamkan rasa kemerdekaan dan otonomi pada anak-anak mereka sejak usia dini, memungkinkan mereka untuk membuat keputusan sendiri dan menumbuhkan pengendalian diri yang lebih baik. Kedua, konteks budaya di mana seseorang tinggal memainkan peran penting dalam membentuk kontrol diri mereka. Setiap lingkungan memiliki norma-norma budaya uniknya sendiri, yang pasti berdampak pada kemampuan individu untuk melakukan pengendalian diri sebagai anggota masyarakat tertentu.

Konformitas adalah fenomena perilaku sosial yang menunjukkan kecenderungan seseorang untuk menyesuaikan tindakan atau keyakinannya dengan norma dan perilaku kelompok. Dalam kasus ini, konformitas terjadi ketika seseorang berperilaku serupa dengan anggota kelompok lainnya, mengikuti norma, preferensi, dan pandangan yang disepakati bersama. Menurut (Sears dkk., 2009), ada tiga dimensi utama yang mencirikan konformitas. Pertama, ketaatan melibatkan memaksa anggota kelompok untuk mengikuti aturan kelompok, bahkan jika itu bertentangan dengan pendapat mereka sendiri. Kedua, kesepakatan membuat kelompok percaya satu sama lain, menerima pendapat setiap orang, dan melihat kesamaan. Ketiga, kekompakan mencakup daya tarik umum yang mendorong orang untuk bergabung dan tetap menjadi anggota kelompok, memerlukan adaptasi individu terhadap norma kelompok dan memperhatikan kebutuhan kelompok secara keseluruhan. Akibatnya, konformitas menjadi dinamika yang kuat yang membentuk perilaku sosial dan interaksi kelompok. Sears et al. menyatakan bahwa beberapa faktor penting yang memungkinkan perilaku konformitas adalah sebagai berikut: tidak memiliki informasi, tidak percaya pada informasi, tidak percaya pada diri sendiri, takut terhadap celaan

sosial, dan takut terhadap penyimpangan. Konformitas teman sebaya berarti berperilaku sesuai dengan norma-norma yang dianggap wajar dan diterima oleh kelompok atau masyarakat. Oleh karena itu, tekanan untuk melakukan konformitas berasal dari realitas yang menetapkan bagaimana seseorang seharusnya bertindak (Baron & Byrne, 2005).

Menurut temuan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Internet Cafe Poseidon Surakarta. Dengan Teknik wawancara melibatkan 6 subjek data menunjukkan remaja mengalami kecanduan untuk bermain game online di Internet Cafe Poseidon Surakarta.

Dalam penelitian sebelumnya untuk media game online yang diteliti menggunakan ponsel dan belum ada peneliti terdahulu yang mengembangkan penelitian yang menguji tingkat kecanduan game online dengan media PC (komputer) dengan subjek remaja yang bermain game di Internet Cafe khususnya di Surakarta.

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh Kontrol Diri dan Konformitas terhadap Kecanduan Game Online? ,penelitian ini juga bertujuan untuk mendalami korelasi antara tingkat kontrol diri dan tingkat konformitas pada remaja yang tengah mengalami kecanduan permainan daring, khususnya di lingkungan Internet Cafe Poseidon Solo. Dengan fokus pada aspek kontrol diri, penelitian ini akan menyelidiki sejauh mana kemampuan remaja tersebut dalam mengendalikan diri mereka sendiri dalam konteks penggunaan game online. Selain itu, penelitian juga akan mengeksplorasi tingkat konformitas mereka terhadap norma-norma sosial di lingkungan tempat mereka bermain, dengan harapan dapat memahami lebih dalam dinamika perilaku remaja yang terlibat dalam kecanduan game online di fasilitas tersebut. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pemahaman kita tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan game online pada kalangan remaja, khususnya di lingkungan Internet Cafe Poseidon Solo. Hipotesis mayor pada penelitian ini adalah terdapat korelasi antara Kontrol diri dan Konformitas terhadap intensitas bermain game pada remaja akhir. Kemudian hipotesis minor pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kontrol diri terhadap kecanduan game online Terdapat hubungan positif antara konformitas terhadap kecanduan game online.

Penelitian ini diharapkan akan memberikan kontribusi secara teoritis dengan menyediakan wawasan yang mendalam mengenai faktor-faktor yang turut berperan dalam memicu kecanduan game online di kalangan remaja akhir yang aktif bermain di internet cafe. Melalui analisis yang teliti terhadap korelasi antara tingkat kontrol diri dan konformitas, penelitian ini bertujuan untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika perilaku remaja dalam konteks penggunaan game online di fasilitas tersebut. Selain memberikan manfaat teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan landasan yang kuat bagi pengembangan intervensi praktis. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara kontrol diri dan tingkat konformitas, diharapkan dapat dirumuskan strategi intervensi yang efektif untuk mencegah dan mengatasi kecanduan game online pada remaja yang sering bermain di internet cafe. Sehingga, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan positif dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah kecanduan game online di kalangan remaja.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif korelasional. Metode kuantitatif korelasional adalah metode statistik yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur dua variabel atau lebih (Creswell, 2013). Dengan variabelnya terdiri dari variabel bebas (X) yaitu konformitas dan kontrol diri, sedangkan variabel tergangungnya (Y) adalah intensitas bermain game.

Fokus penelitian ini berkaitan dengan populasi remaja yang bermain game di Internet Cafe Poseidon Surakarta. Pengambilan Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik incidental sampling. Sample pada penelitian ini sebanyak 100 orang dari total populasi. Teknik sampling adalah metode pengambilan sampel yang digunakan untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam suatu penelitian (Sugiono, 2013).

Untuk mengukur tingkat Kecanduan Game remaja yang bermain di Internet Cafe Poseidon Surakarta, peneliti menggunakan skala modifikasi dari Mustaqim (2023) berdasarkan teori Griffiths dan Davies (2005). Ada beberapa komponen kecanduan game online: *Salience, Tolerance, Modification of Mood, Withdrawal, Relapse, Conflik, dan Problem*. Skala dalam variable ini terdiri dari 28 aitem. Skala kontrol diri menggunakan skala berdasarkan teori dari Averill (dalam Ghuftron, 2010), yang terdiri dari 3 aspek yaitu 1) Kontrol Perilaku (*Behavioral control*); 2) Kontrol Kognitif (*Cognitive control*); 3) Kontrol Keputusan (*Decisional control*). Skala dalam variable ini terdiri dari 26 aitem. Skala konformitas menggunakan skala Sears (dalam Tria Ningsih 2022) yang mencakup tiga komponen: ketaatan, kesepakatan, dan kekompakan. Skala dalam variable ini terdiri dari 25 aitem

Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas isi atau content validity, yaitu penilaian validitas konten berpusat di sekitar kesesuaian dan ketepatan konten instrumen dalam mengukur variabel yang diinginkan (Yusuf, 2013). Metode validitas isi yang digunakan pada penelitian ini memfokuskan pada penyajian data dari komponen - komponen instrumen pengukuran agar dapat dianalisis secara logis. Untuk memudahkan proses evaluasi dan memvalidasi item skala,



validitas isi dinilai oleh para ahli (expert judgement) dan ditentukan (Azwar, 2014). Pendapat lima expert menjadi landasan pada pengujian validitas. Setelah menggunakan koefisien validitas isi Aiken V untuk mengevaluasi validitas, digunakan Microsoft Excel untuk analisis, Standar pengujiannya adalah: jika  $V \geq 0,83$  maka instrumen dianggap valid, dan jika  $V < 0,83$  maka instrumen dianggap tidak valid. Hasil rentang uji validitas kecanduan game online 0,84 – 0,96, kontrol diri 0,84 – 0,90 dan konformitas 0,81 – 0,96. Reliabilitas yang dipakai pada penelitian ini adalah Cronbach Alpha. Cronbach Alpha adalah reliabilitas yang dipakai pada penelitian ini. Nilai koefisien Cronbach Alpha berkisar antara 0 (tidak ada reliabilitas) hingga 1 (reliabilitas sempurna), semakin mendekati 1 maka reliabilitas item pada skala tersebut semakin tinggi, begitu pula sebaliknya (Budhiastuti & Bandur, 2018). Berdasarkan hasil perhitungan skala kecanduan game online sebesar 0,731, skala kontrol diri sebesar 0,907, dan skala konformitas sebesar 0,718 maka dapat dikatakan skala tersebut reliabel.

Penelitian ini melibatkan analisis data menggunakan model regresi linier berganda dengan memanfaatkan aplikasi statistik SPSS for Windows. Regresi linier berganda merupakan suatu model analisis yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan antara satu variabel terikat dengan dua atau lebih variabel bebas. Dalam konteks ini, model regresi linier berganda digunakan untuk mengidentifikasi sejauh mana variabel bebas, yang dalam hal ini mungkin melibatkan kontrol diri, konformitas, dan kecanduan game online, dapat menjelaskan variasi atau perubahan dalam variabel terikat yang menjadi fokus penelitian. Dengan menggunakan alat analisis SPSS, penelitian ini dapat menggali hubungan kompleks antara variabel-variabel tersebut dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kecanduan game online pada remaja di Internet Cafe Poseidon Solo. (Yuliara, 2016).

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada penelitian ini dilihat pada hasil analisis hipotesis bahwa variabel kontrol diri dan konformitas secara bersama-sama berpengaruh sangat signifikan terhadap variabel kecanduan game online ( $F = 37.938$  ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0,01$ ). Maka hasil analisis regresi secara konsisten mendukung hipotesis penelitian bahwa kesepian dan kontrol diri secara bersama-sama berpengaruh terhadap kecanduan game online.

Kontrol diri (X1) berpengaruh terhadap kecanduan game online (Y) ( $t = -5.235$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ), yang artinya hipotesis diterima. Individu dengan kontrol diri yang tinggi cenderung lebih baik dalam mengatur dan memantau waktu yang mereka habiskan untuk bermain game. Subjek mungkin lebih sadar akan waktu yang sudah mereka habiskan dan lebih mampu untuk membatasi durasi bermain mereka. Hasil ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rudianto dkk., 2020) yang menunjukkan hubungan negatif antara kontrol diri dan kecanduan game online.

Konformitas (X2) Berpengaruh terhadap kecanduan game online (Y) ( $t = 3.623$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ), yang artinya hipotesis kedua diterima. Individu dengan tingkat konformitas yang tinggi cenderung lebih peka terhadap tekanan sosial untuk berpartisipasi dalam aktivitas yang dianggap umum atau populer di kalangan teman-teman mereka. Jika bermain game online adalah tren atau aktivitas yang banyak

dilakukan di lingkungan sosial mereka, individu tersebut mungkin merasa terdorong untuk ikut serta demi mempertahankan hubungan sosial atau untuk merasa diterima dalam kelompok. Hal ini juga dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlangga (2019) menemukan hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan adiksi bermain game online.

#### **4. PENUTUP**

Dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini dilihat pada hasil analisis hipotesis bahwa variabel kontrol diri dan konformitas secara bersama-sama berpengaruh sangat signifikan terhadap variabel kecanduan game online ( $F = 37.938$  ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0,01$ ). Kontrol diri (X1) berpengaruh terhadap kecanduan game online (Y) ( $t = -5.235$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ), yang artinya hipotesis diterima. Selanjutnya konformitas (X2) Berpengaruh terhadap kecanduan game online (Y) ( $t = 3.623$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ), yang artinya hipotesis kedua diterima. Sumbangan efektif variabel antara kontrol diri dan konformitas terhadap kecanduan game online sebesar R square = 19,8 %, terhadap variabel terikat dengan dengan rincian konformitas berpengaruh lebih besar yaitu 11,55 % dan control diri mempengaruhi 8,29%. Tingkat Kontrol diri rendah, Tingkat konformitas tinggi, dan Tingkat kecanduan game online pada remaja yang bermain game online di internetcafe Poseidon Surakarta tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan tingkat Kecanduan game online yang tinggi pada member internetcafe Posseidon Surakarta, subjek dapat implementasi program pendidikan kesadaran, pengembangan keterampilan kontrol diri melalui teknik meditasi dan manajemen stres, serta pengaturan batasan waktu yang jelas. Dukungan sosial positif dalam kegiatan alternatif juga penting sementara pemantauan rutin dan kolaborasi dengan institusi pendidikan serta profesional kesehatan mental dapat membantu mengidentifikasi dan mencegah gejala kecanduan secara dini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2020). Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 1(2). <https://doi.org/10.37385/ceej.v1i2.108>
- Asri, A. R., Saman, A., & Umar, N. F. (t.t.). Kecanduan Game Online Siswa dan Penanganannya Pada Era Pandemi: Studi Kasus Siswa Sekolah Menengah Atas Kabupaten Bone Students' Online Game Addiction and Its Handling During the Pandemic Era: A Case Study of High School Students in Bone District.
- August, N., & Paramita, S. (2022). Komunikasi Pemasaran Digital Streamer dalam Industri Game Online Indonesia. *Kiwari*, 1(2). <https://doi.org/10.24912/ki.v1i2.15477>
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bagas, A., & Irianto, P. (t.t.). Dampak Penggunaan Game Online Terhadap Interaksi Sosial (Studi Kasus Mahasiswa UAJY). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30785.28003>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial (Edisi ke-10, Jilid 2)*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, Erlangga.
- Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of Threatened Egotism to Violence and Aggression: The Dark Side of High Self-Esteem. *Psychological Review*, 103, 5-33.
- Fajri, C. (2012). Tantangan Industri Kreatif-Game Online di Indonesia. *Jurnal ASPIKOM*, 1(5). <https://doi.org/10.24329/aspikom.v1i5.47>
- Gilbert, O., Ondang, L., Mokal, B. J., & Goni, S. Y. V. I. (t.t.). Dampak Game Online Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi FISPOL UNSRAT (Vol. 13, Nomor 2).
- Ghufron, R. R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Herlangga, H. (2019). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Konformitas dengan Adiksi Game Online Pada Mahasiswa (Tesis doctoral, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Griffiths, M. D., & Davies, M. N. (2005). Does Video Game Addiction Exist. In *Handbook of Computer Game Studies* (pp. 359–372).
- Hadisaputra, H., Nur, A. A., & Sulfiana, S. (2022). Fenomena Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Pedesaan (Studi Kasus Dua Desa di Sulawesi Selatan). *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(02). <https://doi.org/10.47709/educendikia.v2i02.169>
- Hubungan Antara Bermain Game Online Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa SMA di Kota Surakarta. (t.t.).
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor

- Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.
- Sandu, S., & Ali, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*.
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). Validitas dan Reliabilitas Penelitian. Dalam *Metode Penelitian Pendidikan Matematika*.
- Khosiin, K. (2022). Game Online: Ancaman 'Candu Digital'. *Syntax Idea*, 4(12).  
<https://doi.org/10.46799/syntax-idea.v4i12.2100>
- Kurnada, N., & Iskandar, R. (2021). Analisis Tingkat Kecanduan Bermain Game Online terhadap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 5660–5670.  
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1738>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Lenny, O., Anggraeni, F., & Soetjningsih, C. H. (2023). Kontrol Diri Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA di Kota X yang Kecanduan Game Online. *JCI Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5). <http://bajangjournal.com/index.php/JCI>
- Putra, F. F., Rozak, A., Perdana, G. V., & Maesharoh, I. (2019). Dampak Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Mahasiswa Telkom University. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 4(2).  
<https://doi.org/10.35706/jpi.v4i2.3236>
- Rudianto, N. P., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal di Desa Mondoke. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1).  
<https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.10733>
- Rulmuzu, F. (2021). Kenakalan Remaja dan Penanganannya. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 5(1). <https://doi.org/10.58258/jisip.v5i1.1727>
- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1).  
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.568>
- Sears, D. O., Peplau, L. A., & Taylor, S. E. (2006). *Psikologi Sosial (Edisi ke-12)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Septilia Fajarseli, A. (2023). Game Online dan Dampaknya bagi Remaja Usia Sekolah di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9).  
<https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.457>
- Sugiyono. (2013). *Sugiyono (2013: 2). Paper Knowledge. Toward a Media History of Documents*.
- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High Self-Control Predicts Good

Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. Dalam *Self-Regulation and Self-Control* (hlm. 173–212). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315175775-5>

Wiguna, R. I., Menap, H., Alandari, D. A., & Asmawariza, L. H. (2020). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Motivasi Belajar Pada Anak Usia 10-12 Tahun. *Jurnal Surya Muda*, 2(1). <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i1.48>

Yuliara, I. M. (2016). *Modul Regresi Linier Berganda*. Universitas Udayana, 2(2).

Yusuf, M. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Kencana.