

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN MOTIVASI BELAJAR PADA REMAJA YANG BERMAIN GAME ONLINE

Silmi Afifatussyami¹, Mariyana Widiastuti², Safitri M.³.
Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
Jalan Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk – Jakarta Barat 11510
silmiafifatuss@gmail.com

Abstract

*One of the impacts of playing online games is a decrease in student motivation because students are unable to control themselves in playing games which also have an impact on their learning achievement. **Purpose:** The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and learning motivation in adolescents who play online games. **Methods:** Non-experimental quantitative research method, with purposive sampling involving 100 students and teenage students playing online games. The self-control measuring instrument was 25 valid items with the reliability coefficient $\alpha = 0.915$ and the learning motivation measuring instrument was 32 valid items with the reliability coefficient $\alpha = 0.936$. **Results:** The results of this study indicate a strong positive relationship between self-control and learning motivation in adolescents who play online games with a correlational test (sig. 0.00, and $r = 0.803$). Self control contributed 64.5% to learning motivation. Teenagers have more low self-control (55%) and low learning motivation (52%). The supporting data shows a relationship between self-control and adolescents who play online games. However, it did not show a relationship between playing duration and parents' responses to research subjects regarding online games.*

Keywords: learning motivation, online games, youth, self control

Abstrak

Salah satu dampak dari bermain *game online* adalah menurunnya motivasi belajar siswa karena siswa tidak mampu mengontrol dirinya dalam bermain *game* yang juga berdampak kepada prestasi belajarnya. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online*. **Metode:** Metode penelitian kuantitatif non eksperimental, dengan pengambilan sampel *sampling purposive* yang melibatkan 100 pelajar dan mahasiswa remaja yang bermain *game online*. Alat ukur kontrol diri sebanyak 25 aitem valid dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,915$ dan alat ukur motivasi belajar sebanyak 32 aitem valid dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,936$. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif kuat antara kontrol diri dan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online* dengan uji korelasional (sig. 0,00, dan $r = 0,803$). Kontrol diri memberikan kontribusi 64,5 % terhadap motivasi belajar. Remaja lebih banyak memiliki kontrol diri yang rendah (55%), dan motivasi belajar yang rendah (52%). Adapun data penunjang menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan usia remaja yang bermain *game online*. Namun tidak menunjukkan hubungan antara durasi bermain dan tanggapan orang tua subjek penelitian mengenai *game online*

Kata kunci: motivasi belajar, *game online*, remaja, kontrol diri

Pendahuluan

Game online merupakan salah satu permainan yang digemari oleh masyarakat. Permainan *game online* dewasa ini semakin berkembang mulai dari tampilan, gaya bermain, grafis permainan dan lain sebagainya. Fasilitas internet telah menambah kemudahan masyarakat dalam bermain *game online*. Budaya-budaya luar yang terselip dalam fasilitas internet, program-program kurang mendidik, dan masih banyak hal lainnya dapat menghipnotis siswa untuk asyik bermain daripada belajar. Efek dari bermain yang tiada henti-hentinya dan tidak sesuai dengan waktunya ini diduga bisa menurunkan prestasi belajar. Hal ini dapat didukung oleh data

Survey Penggunaan Tik (2017), bahwa aktivitas penggunaan internet dengan tablet oleh individu lebih tinggi yang bermain *game online* (46,72%) dibandingkan dengan belajar (20,27%). Demikian dengan pengguna internet dengan smarthphone oleh individu lebih banyak memilih bermain *game online* (47,05%) dibandingkan belajar (27,51). Kemudian terdapat pula kasus sepanjang tahun 2019 di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa dan terdapat data yang semakin memperkuat adanya fenomena saat ini, bahwa ada sekitar 35 anak kecanduan *game online*, tidak mau sekolah dan tidak mau makan disebabkan karena bermain *game online* dan harus menjalani

pengobatan di RSJD Kota Surakarta (GenBest.id, 2019).

Walaupun demikian bermain *game online* menurut hasil penelitian (Suryanto, 2015), bahwa bermain *game online* dapat menghilangkan stres, nilai mata pelajaran komputer paling menonjol di sekolah, cepat menyelesaikan permasalahan (*problem solving*) pelajaran, dan mudah berkenalan dengan teman baru yang memiliki hobby sama. Ketidakmampuan siswa mengontrol dirinya dalam bermain *game* diduga menjadi salah satu penyebab timbulnya masalah dalam belajar pada siswa tersebut atau biasa disebut dengan motivasi belajar.

Menurut Santrock (2007), motivasi belajar adalah proses yang memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Motivasi sangat diperlukan dalam proses belajar, sebab seseorang yang tidak memiliki motivasi dalam belajar tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Motivasi menimbulkan gairah, semangat dan merasa senang untuk belajar. Semakin besar motivasi seseorang maka semakin besar pula energi yang dimilikinya untuk belajar (Sardiman, 2014). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian sebelumnya oleh Putri (2018), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self control* dengan intensitas bermain *game online* pada siswa sekolah dasar (SD) di SDN Branta Paseser 1, Pamekasan, Madura. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Motivasi Belajar Pada Remaja Yang Bermain *Game Online*.”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online*. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online*

Metode Penelitian

Menurut jenis data dan analisisnya, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif non eksperimental. Berjenis korelasional yang bertujuan untuk menemukan apakah terdapat hubungan serta seberapa besar korelasi yang ada diantara kontrol diri dengan motivasi belajar. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang bermain *game online*. Dengan sampel penelitian 100 siswa remaja yang bermain *game online*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *Nonprobability Sampling* dengan jenis *Sampling Purposive*. Kriteria sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah pelajar dan mahasiswa remaja yang bermain *game online* selama lebih dari 1 jam sehari, berusia 12-21 tahun di Indonesia.

Skala pengukuran pada penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan menggunakan format 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penelitian ini menggunakan Skala Kontrol Diri yang dikembangkan oleh Averill (Widiana dkk., 2004) dan diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Handayani (2011) dengan jumlah 40 aitem dan koefisien reliabilitas 0,881, dan skala motivasi belajar yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Juliana (2017) dengan jumlah 40 aitem dan koefisien reliabilitas 0,910 yang dimodifikasi sesuai tujuan penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis validitas konstruk (*construct validity*) rumus Korelasi Product Moment dari Pearson dibantu oleh alat uji statistik dengan batas nilai validitas yang digunakan sebesar 0,30. Reliabilitas alat ukur pada penelitian ini akan diuji dengan teknik *internal consistency* (konsistensi internal) yang dikatakan reliabel jika menunjukkan nilai $r \geq 0,70$ (Periantalo, 2016).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu frekuensi untuk melihat gambaran secara menyeluruh dari subjek berupa jenis kelamin, berusia 12-21 tahun, jenjang pendidikan, durasi bermain *game online*, daerah subjek penelitian, tanggapan orang tua terkait *game online*, durasi belajar di rumah dalam sehari, kesediaan dalam mengerjakan tugas, dan alasan belajar. Kemudian, uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *one-sampel Kolmogorov-Sminorv test* dengan SPSS versi 16.0 for windows. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran adalah jika $p \geq 0,05$ maka sebaran dikatakan normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran data dikatakan tidak normal. Untuk mengetahui derajat keeratan hubungan 2 variabel yang berskala interval atau rasio, peneliti menggunakan metoda korelasi *Pearson Product Moment* dengan nilai koefisien korelasi yang nilainya berkisar antara -1,0 dan 1. Nilai 1 artinya terdapat korelasi negatif yang sempurna, 0 artinya tidak ada korelasi dan nilai 1 berarti ada korelasi positif yang sempurna. Kedua variabel dikatakan berhubungan jika $\text{sig } p < 0,05$. Kemudian, pengolahan data untuk mengetahui tinggi atau rendahnya kedua variabel dengan pengkategorisasian kedua variabel menggunakan perhitungan interpretasi skor berdasarkan nilai rata-rata (mean). Kemudian dilakukan analisis *crossstab* atau tabulasi silang pada variabel kontrol diri terhadap data penunjang yaitu usia, durasi bermain *game online*, dan tanggapan orang tua subjek penelitian mengenai *game online*.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran umum responden penelitian

Tabel 1

Gambaran jenis kelamin subjek penelitian

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	58	58%
Perempuan	42	42%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 58 orang (58%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 orang (42%).

Tabel 2

Gambaran usia subjek penelitian

Usia	Frekuensi	Persentase
12-15 tahun	22	22%
16-18 tahun	26	26%
19-21 tahun	52	52%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak berusia 19-21 tahun sebanyak 52 orang (52%), diikuti usia 16-18 tahun sebanyak 26 orang (26%) dan usia 12-15 tahun sebanyak 22 orang (22%).

Tabel 3

Gambaran jenjang pendidikan subjek penelitian

Jenjang Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SMP	5	5%
SMA	43	43%
Mahasiswa/i	52	52%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak pada jenjang pendidikan Mahasiswa/i sebanyak 52 orang (52%), diikuti SMA sebanyak 43 orang (43%) dan SMP sebanyak 5 orang (5%).

Tabel 4

Gambaran durasi subjek penelitian bermain game online

Durasi Bermain	Frekuensi	Persentase
Kurang dari 1 jam	50	50%
2 jam	10	10%
Lebih dari 2 jam	40	40%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak yang bermain *game online* kurang dari 1 jam sebanyak 50 orang (50%), lebih dari 2 jam sebanyak 40 orang (40%), dan 2 jam sebanyak 10 orang (10%).

Tabel 5

Gambaran daerah (Provinsi) subjek penelitian

Daerah (Provinsi)	Frekuensi	Persentase
Riau	1	1%
Jambi	1	1%
Bengkulu	1	1%
Belitung	4	4%
Banten	29	29%
DKI Jakarta	6	6%
Jawa Barat	8	8%
Jawa Tengah	8	8%
Jawa Timur	30	30%
Bali	8	8%
Kalimantan Barat	1	1%
Sulawesi Tenggara	2	2%
Sulawesi Utara	1	1%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak dari Jawa Timur sebanyak 30 orang (30%), diikuti Banten sebanyak 29 orang (29%), Jawa Barat, Jawa Tengah dan Bali masing-masing sebanyak 8 orang (8%), DKI Jakarta sebanyak 6 orang (6%), Belitung sebanyak 4 orang (4%), Sulawesi Tenggara 2 orang (2%), Provinsi Riau, Jambi, Bengkulu, Kalimantan Barat dan Sulawesi Utara masing-masing sebanyak 1 orang (1%).

Tabel 6

Gambaran tanggapan orang tua terkait game online

Tanggapan Orang Tua	Frekuensi	Persentase
Biasa saja	29	29%
Dibolehkan	64	64%
Tidak dibolehkan	7	7%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak dengan tanggapan orang tua dipebolehkan berjumlah 64 orang (64%), diikuti memiliki tanggapan biasa saja terhadap *game online* sebanyak 29 orang (29%) dan tidak dibolehkan sebanyak 7 orang (7%).

Tabel 7

Gambaran durasi belajar subjek penelitian di rumah dalam sehari

Durasi Belajar	Frekuensi	Persentase
Kurang dari 30 menit	23	23%
30 menit	20	20%
Lebih dari 30 menit	57	57%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak durasi belajar lebih dari 30 menit sebanyak 57 orang (57%), diikuti durasi belajar kurang dari 30 menit sebanyak 23 orang (23%), dan 30 menit sebanyak 20 orang (20%).

Tabel 8
Gambaran kesiediaan subjek penelitian dalam mengerjakan tugas

Kesiediaan dalam Mengerjakan Tugas	Frekuensi	Persentase
Tepat waktu	59	59%
Menunda	40	40%
Tidak Mengerjakan	1	1%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak dengan kesiediaan dalam mengerjakan tugas tepat waktu sebanyak 59 orang (59%), menunda sebanyak 40 orang (40%) dan tidak mengerjakan sebanyak 1 orang (1%).

Tabel 9
Gambaran alasan belajar subjek penelitian

Alasan Belajar	Frekuensi	Persentase
Memperoleh Pengetahuan	89	89%
Memperoleh Pengakuan Teman	3	3%
Harga Diri	8	8%
Total	100	100%

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek paling banyak dengan yang alasan belajar untuk memperoleh pengetahuan sebanyak 89 orang (89%), memperoleh pengakuan teman sebanyak 3 orang (3%) dan harga diri sebanyak 8 orang (8%).

Hasil uji normalitas

Tabel 10
Hasil uji normalitas variabel kontrol diri dan Motivasi belajar

	Kolmogorov-Smirnov Test	
	Kontrol Diri	Motivasi Belajar
N	100	100
Asymp. Sig (2 tailed)	0,511	0,863

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan teknik Kolmogorov-Smirnov pada variabel kontrol diri menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,511 ($p>0,05$) yang berarti bahwa data berdistribusi normal. Kemudian, pada variabel motivasi belajar menunjukkan signifikansi 0,863 ($p>0,05$) yang berarti data berdistribusi normal.

Hasil uji korelasi kontrol diri dan motivasi belajar

Tabel 11
Korelasi kontrol diri dan motivasi belajar

		Kontrol Diri	Motivasi Belajar
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	0,803**
	Sig. (2 tailed)		0,000
Motivasi Belajar	Pearson Correlation	0,803**	1
	Sig. (2 tailed)	0,000	
N		100	100

Berdasarkan dari hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* kontrol diri dan motivasi belajar diperoleh sig.(p) = 0,00 ($p<0,05$), terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dan motivasi belajar. Hasil koefisien korelasi (*r*) menunjukkan angka 0,803 menunjukkan arah hubungan yang positif kuat antara kontrol diri dan motivasi belajar. Artinya, semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula motivasi belajar. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan positif signifikan antara kontrol diri dan motivasi belajar. Nilai r^2 diperoleh 0,6448, artinya kontrol diri mempengaruhi 64,5 % motivasi belajar, sisanya 35,5 % berhubungan dengan faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Kategorisasi kontrol diri

Tabel 12
Kategorisasi kontrol diri

Kategorisasi	Mean	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$\geq 76,30$	45	45%
Rendah	$< 76,30$	55	55%
Total		100	100%

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa jika rata-rata skor $\geq 76,30$ maka kontrol diri tinggi, dan jika rata-rata $< 76,30$ artinya kontrol diri rendah. Terdapat 45 responden (45%) remaja memiliki kontrol diri yang tinggi, dan terdapat 55 responden (55%) memiliki kontrol diri yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa lebih banyak subjek remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah (55%). Namun secara keseluruhan remaja memiliki kontrol diri yang tinggi, terbukti dari hasil mean dibagi skala kontrol diri yang valid yaitu:

$$\frac{76,30}{25} = 3,052$$

Kategorisasi motivasi belajar

Tabel 13

Kategorisasi motivasi belajar

Kategorisasi	Mean	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$\geq 98,23$	48	48%
Rendah	$< 98,23$	52	52%
Total		100	100%

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa jika rata-rata skor $\geq 98,23$ maka motivasi belajar tinggi, dan jika rata-rata $< 98,23$ artinya motivasi belajar rendah. Terdapat 48 responden (48%) remaja memiliki motivasi belajar yang tinggi, dan terdapat 52 responden (52%) memiliki motivasi belajar yang rendah.

Crosstab kontrol diri dengan usia

Berdasarkan *Pearson Chi-Square* pada hasil tabulasi silang kontrol diri menurut usia memiliki hubungan Asymp. Sig. 0,026, sehingga terbukti bahwa adanya hubungan antara kontrol diri dengan usia remaja.

Crosstab kontrol diri dengan durasi bermain game online dalam sehari

Berdasarkan *Pearson Chi-Square* pada hasil tabulasi silang kontrol diri dengan durasi bermain game online dalam sehari memiliki hasil Asymp. Sig. 0,941. Sehingga terbukti bahwa tidak adanya hubungan antara kontrol diri dengan durasi bermain game online dalam sehari.

Crosstab kontrol diri dengan tanggapan orang tua subjek penelitian terkait game online

Berdasarkan *Pearson Chi-Square* pada hasil tabulasi silang kontrol diri dengan tanggapan orang tua subjek penelitian terkait game online memiliki hasil Asymp. Sig. 0,376. Sehingga terbukti bahwa tidak adanya hubungan antara kontrol diri dengan tanggapan orang tua subjek penelitian terkait game online.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dengan uji statistik menggunakan *pearson product moment* menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,00 ($p < 0,05$) artinya terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dan motivasi belajar. Nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,803$ menunjukkan arah hubungan yang positif kuat antara kontrol diri dan motivasi belajar pada remaja yang bermain game online. Dimana kontrol diri yang dimiliki oleh remaja dapat membuat motivasi belajar tinggi atau rendah dikarenakan bermain game online. Sehingga, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula motivasi belajar. Sebaliknya,

semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah pula motivasi belajar pada remaja yang bermain game online. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, Murad, dan Aziz (2020), yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri dan Motivasi Belajar dengan Kedisiplinan Siswa SMA As-syafi’iyah Medan” yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara kontrol diri dan motivasi belajar dengan kedisiplinan pada siswa SMA As-syafi’iyah Medan.

Averill (1973) mengatakan, bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan yang diyakini. Dari pernyataan Averill (1973), dapat dikaitkan bahwa remaja yang bermain game online dapat memiliki kontrol diri yang tinggi dan rendah, tergantung dari bagaimana remaja tersebut mampu mengelola informasi yang diinginkan atau yang tidak diinginkan dan bagaimana remaja memilih salah satu tindakan yang berdasarkan remaja yakini. Apabila remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi, maka remaja akan mampu mengontrol perilaku dan stimulus, mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan mengambil keputusan. Sehingga ketika bermain game online, remaja akan mampu mengendalikan diri dan mampu mengatur waktu dengan baik antara kewajibannya sebagai pelajar dan waktu bermain. Mampu mengendalikan diri dari rasa malas belajar dan ajakan orang lain yang mengajak untuk bermain bersama hingga larut malam. Selain itu mengetahui akibat dari bermain game online yang berlebihan, sehingga mampu mengantisipasi keinginannya untuk bermain game online dan lebih mendahulukan kewajibannya seperti mengerjakan tugas sekolah. Setelah mampu mengantisipasi keadaan, remaja akan dapat mengatur waktu dengan baik antara keinginannya dalam bermain dengan kegiatan rutinitas lainnya. Puspita (2017) menyatakan, bahwa individu yang memiliki kontrol diri tinggi mampu mengontrol perilaku dengan cara menunda kepuasan agar dapat mencapai sesuatu yang lebih bermanfaat, memiliki pertimbangan secara objektif dan mampu memberikan penilaian secara subjektif.

Berbeda dengan remaja yang bermain game online memiliki kontrol diri rendah, maka para remaja akan kurang mampu mengontrol perilaku dan stimulus, mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan mengambil keputusan. Sehingga ketika bermain game online, remaja kurang mampu mengendalikan diri dan kurang mampu mengatur waktu dengan

baik. Kurang mampu mengendalikan diri dari rasa malas belajar dan menerima ajakan orang lain yang mengajak untuk bermain bersama hingga larut malam serta tidak mampu mengendalikan emosi ketika mendapatkan kekalahan. Selain itu mengabaikan akibat yang ada dari bermain *game online* yang berlebihan, sehingga kurang mampu mengantisipasi keinginannya untuk bermain *game online* dan meninggalkan kegiatan rutinitas lainnya seperti tidak mengerjakan tugas. Karena kurang mampu mengantisipasi keadaan, remaja akan sulit mengatur waktu dengan baik antara keinginannya dalam bermain dengan kegiatan rutinitas lainnya, sehingga beberapa kegiatan akan terbengkalai. Mehroof and Griffiths (2010) menyatakan, bahwa para pemain *game* mengorbankan aktivitas yang lain untuk melakukan kebiasaan yang lain, mereka rela mengorbankan waktu untuk tidur, waktu bekerja maupun waktu belajar mereka demi dapat bermain *game*. Dengan kemampuan mengontrol diri, remaja akan mampu mengatur waktunya dengan baik. Terutama kewajibannya sebagai pelajar yang harus belajar dan mengerjakan tugas, sehingga diduga adanya hubungan kontrol diri dengan motivasi belajar.

Santrock (2007) menyatakan, bahwa motivasi belajar adalah proses yang memberi semangat, arah dan kegigihan perilaku, artinya perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah dan bertahan lama dalam kegiatan belajar. Remaja yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan belajar karena ia menikmati mata pelajaran tersebut dan ingin menambah ilmu pengetahuan tanpa adanya paksaan, memiliki cita-cita, mendapatkan pengakuan dan penghargaan dari orang lain. Begitu pula dengan tugas yang diberikan dari sekolah atau kampus, remaja yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan lebih mendahulukan menyelesaikan tugas kemudian bermain *game online*. Namun ada pula yang termotivasi karena bermain *game online*, sehingga ia memiliki waktu tersendiri untuk bermain *game online* dan belajar. Mereka menganggap lebih cepat menyelesaikan tugas, lebih cepat juga mereka memiliki waktu untuk bermain *game online*. Sedangkan remaja yang memiliki motivasi belajar yang rendah diduga kurang minat untuk belajar karena merasa bosan dengan pembelajaran yang monoton di sekolah atau kampus serta adanya tuntutan sekolah atau kampus yang terlalu berat dan tidak memiliki cita-cita, sehingga para remaja lebih tertarik dengan bermain *game online*.

Pada hasil uji kategorisasi terlihat lebih banyak remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah (55%). Dapat dikatakan bahwa remaja yang bermain *game online* pada penelitian ini, cenderung

lebih banyak yang kurang mampu mengendalikan diri dari ajakan orang lain untuk bermain bersama hingga larut malam serta tidak mampu mengendalikan emosi ketika mendapatkan kekalahan. Selain itu mengabaikan akibat yang ada dari bermain *game online* yang berlebihan, sehingga kurang mampu mengantisipasi keinginannya untuk bermain *game online* dan kegiatan rutinitas lainnya dengan membatasi waktu. Karena kurang mampu mengantisipasi keadaan, remaja akan sulit mengatur waktu dengan baik antara keinginannya dalam bermain dengan kegiatan rutinitas lainnya, sehingga beberapa kegiatan akan terbengkalai. Mehroof and Griffiths (2010) yang menunjukkan bahwa para pemain *game* mengorbankan aktivitas yang lain untuk melakukan kebiasaan yang lain, mereka rela mengorbankan waktu untuk tidur, waktu bekerja maupun waktu belajar mereka demi dapat bermain *game*.

Pada hasil perhitungan kategorisasi motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online* lebih banyak subjek remaja yang memiliki motivasi belajar yang rendah (52%). Dalam hal ini, remaja yang memiliki motivasi belajar yang rendah diduga karena kurangnya kontrol dari para orang tua yang membolehkan anaknya untuk bermain *game online* meskipun orang tua telah membatasi waktu dalam bermain. Selain itu kurang minat untuk belajar karena merasa bosan dengan pembelajaran yang monoton di sekolah atau kampus serta adanya tuntutan sekolah atau kampus yang terlalu berat dan tidak memiliki cita-cita, sehingga para remaja lebih tertarik dengan bermain *game online*. Hal ini dapat dilihat bahwa data penelitian ini lebih banyak subjek mahasiswa/i yang berusia 19-21 tahun, yang seharusnya memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan untuk melanjutkan cita-cita yang ingin dicapai. Santrock (2003) mengatakan, bahwa remaja (*adolescence*) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Sehingga masih labil dalam menentukan segala sesuatu. Sardiman (2006) mengatakan, bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu tercapai. Dengan demikian, remaja yang bermain *game online* pada penelitian ini lebih banyak yang kurang mampu memotivasi dirinya untuk menggapai cita-cita dan lebih mementingkan kesenangan dalam bermain *game online*.

Berdasarkan hasil olah data tabulasi silang kontrol diri dengan usia, didapatkan hasil *Pearson Chi-Square* sebesar *Asymp. Sig.* 0,026, sehingga

terbukti bahwa adanya hubungan antara kontrol diri dengan usia remaja. Pada usia remaja, didapatkan tingkat kontrol diri yang berbeda. Pada umumnya, seseorang yang memiliki usia lebih banyak memiliki kontrol diri yang tinggi. Namun sebaliknya, seseorang yang usianya lebih sedikit, maka kontrol dirinya pun rendah. Perbedaan ini terlihat dari hasil pada remaja berusia 16-18 tahun paling banyak dengan kontrol diri tinggi (65,4%). Hal ini diduga karena pada masa ini, remaja sudah mampu memilih dan memutuskan mana yang baik serta mana yang buruk. Sehingga mampu mengontrol diri dengan baik. Didukung dengan Sarwono (2012), yang mengatakan bahwa masa remaja akhir berada pada rentang usia 16-19 tahun. Masa ini merupakan masa konsolidasi menuju periode dewasa yang salah satunya ditandai dengan minat menunjukkan kematangan terhadap fungsi-fungsi intelek. Memiliki proses pemikiran yang lebih tinggi dan berkenaan dengan pengetahuan, sehingga di usia tersebut, remaja mampu mengontrol perilaku dan stimulus, mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan mengambil keputusan. Sedangkan pada usia 12-15 tahun yang menunjukkan kontrol diri yang rendah (72,7%). Dikarenakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa dan memiliki pemikiran yang belum matang sehingga pada usia ini remaja masih labil dalam menentukan pilihan dan memberi keputusan. Hurlock (2003) mengatakan, bahwa pada rentang usia 12-15 tahun merupakan masa negatif, karena pada masa ini terdapat sikap dan sifat negatif yang belum terlihat dalam masa kanak-kanak, individu merasa bingung, cemas, takut dan gelisah. Sehingga remaja kurang mampu untuk mengendalikan diri, mengatur waktu dengan baik, dan mengambil keputusan yang tepat.

Kemudian pada hasil uji tabulasi silang kontrol diri dengan durasi bermain *game online* dalam sehari, didapatkan hasil remaja yang bermain lebih 1 jam, 2 jam dan lebih 2 jam lebih banyak mempunyai kontrol diri rendah. Remaja yang bermain lebih dari 1 jam paling banyak dengan kontrol diri tinggi (46%). Hal ini didukung oleh hasil riset NPD Group menyatakan bahwa penggemar *game*, khususnya *game* di *smarthphone* diketahui menghabiskan waktu rata-rata untuk bermain *game* sekitar 2 jam dalam sehari (Syahrial, 2018). walaupun lebih banyak remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah menurut durasi bermain *game online*, namun dapat dilihat berdasarkan *Pearson Chi-Square* pada hasil tabulasi silang kontrol diri durasi bermain *game online* dalam sehari memiliki hasil Asymp. Sig. 0,941. Sehingga terbukti bahwa tidak adanya hubungan antara kontrol diri dengan durasi bermain *game online* dalam sehari.

Selanjutnya pada hasil uji tabulasi silang kontrol diri dengan tanggapan orang tua subjek penelitian terkait *game online*, didapatkan remaja yang paling banyak dengan kontrol diri tinggi sebanyak (50%) dengan orang tua yang membolehkan dan memberi batasan ketika bermain *game online*. Hal ini sejalan dengan penelitian Indriani (2013) yang mengatakan bahwa peran orang tua untuk mendampingi dan mengawasi penggunaan internet pada anak sangat dibutuhkan. Komunikasi yang secara intens antara orang tua dan anak dapat mengarahkan anak untuk mengatur waktu untuk belajar dan bermain internet. Menurut Indriani (2013), salah satunya adalah dengan menggunakan *Roles Theory*, yang memprediksikan perilaku pemegang peran melalui peran yang dimiliki seseorang. Sehingga peran keluarga penting sejauh mereka dapat mengatur perilaku dan berkomunikasi sesuai dengan peran-peran dalam keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat temuan utama dari penelitian ini. Bahwa rentang usia 19-21 tahun merupakan masa akhir remaja yang bukan lagi di usia pelajar melainkan mahasiswa. Pada masa ini remaja sudah lebih mengerti, mampu bertanggung jawab atas diri sendiri, mampu mengambil keputusan dan mampu mengatur waktunya. Hal ini sejalan dengan aspek-aspek kontrol diri menurut Ghufron dan Suminta (2017) yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian dan kemampuan mengambil keputusan. Pada usia remaja, didapatkan tingkat kontrol diri yang berbeda. Pada umumnya, seseorang yang memiliki usia lebih banyak memiliki kontrol diri yang tinggi. Namun sebaliknya, seseorang yang usianya lebih sedikit, maka kontrol dirinya pun rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki kontrol diri yang tinggi. Berhubung mahasiswa masih memiliki kewajiban dalam belajar dan mengerjakan tugas, maka adanya keterkaitan kontrol diri dengan motivasi belajar. Menurut Suryabrata (2011), beberapa hal yang mendorong motivasi belajar salah satunya yaitu, adanya keinginan untuk mendapatkan simpati dari orang tua, guru dan teman-teman. Dalam penelitian ini remaja memiliki motivasi belajar yang rendah salah satunya dikarenakan pada usia ini, remaja sudah jarang yang dikontrol oleh orang tuanya. Salah satu masalah yang terjadi yang dapat mempengaruhi motivasi belajar rendah adalah karena bermain *game online*. Walaupun orang tuanya biasa saja dan tidak membolehkan bermain *game online*, namun tetap saja kontrol diri rendah.

Game Online Pada Remaja Pria (Skripsi).
Universitas Sanata Dharma.

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif kuat yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online* (sig. (p) = 0,00 dan r = 0,803). Hipotesis bahwa terdapat hubungan positif kuat yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online* dapat diterima. Hal ini berarti semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online* sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah pula motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online*. Kontrol diri memberikan kontribusi 64,5 % terhadap motivasi belajar.

Remaja yang bermain *game online* lebih banyak memiliki kontrol diri yang rendah sebanyak (55%) dari pada yang tinggi (45%). Dan lebih banyak memiliki motivasi belajar yang rendah sebanyak (52%) dari pada yang tinggi (48%). Adapun hasil uji tabulasi silang dengan data penunjang menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan usia remaja yang bermain *game online*. Namun tidak menunjukkan adanya hubungan antara durasi bermain *Game Online*, dan tanggapan orang tua subjek penelitian mengenai *game online*. Dari hasil analisis tabulasi silang kontrol diri dengan usia remaja 16-18 tahun, yang bermain lebih dari 1 jam sehari dan dibolehkan serta diberi batasan oleh orang tuanya memiliki kontrol diri yang paling tinggi

Daftar Pustaka

- Anggreini, R., & Mariyanti, S. (2014). Hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126664.
- Averill, J. R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli and It's Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, 80, 286–303.
- GenBest.id, T. (18 Oktober, 2019). Kecanduan Game Online, Puluhan Pelajar Diobati di Rumah Sakit Jiwa Solo. *Kompas.Com*. <https://genbest.kompas.com/read/2019/10/18/06380081/kecanduan-game-online-puluhan-pelajar-diobati-di-rumah-sakit-jiwa-solo>
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Handayani, R. W. (2011). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan*
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi 5). Jakarta: Erlangga.
- Indriani, D. P. (2013). *Hubungan Intensitas Penggunaan Game Online, Pengawasan Orang Tua Terhadap Anak, dengan Prestasi Belajar Anak* (Skripsi). Universitas Diponegoro.
- Juliana. (2017). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Pada Remaja* (Skripsi). Universitas Esa Unggul.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: The Role of Sensation Seeking, Self control, Neuroticism, Aggression, State anxiety, And trait anxiety. *Journal Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13, 313–316.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Puspita, S. T. A. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Akhir. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 1–7.
- Putri, N. F. R. (2018). *Hubungan Antara Self Control Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Anak Usia Sekolah* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja* (Keenam). Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan* (Kedua). Jakarta: Prenada Media Group.
- Sardiman. (2006). *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sardiman. (2014). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sari, S., Murad, A., & Aziz, A. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Motivasi Belajar dengan Kedisiplinan Siswa SMA As-syafi 'iyah Medan *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1), 63–68.
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta:

Rajawali.

Survey Penggunaan Tik 2017. (Desember, 2017).
KOMINFO.

file:///C:/Users/s/Downloads/REFERENS/SURVEY PENGGUNA TIK.pdf

Suryabrata, S. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Suryanto, R. N. (2015). Dampak Positif Dan Negatif Permainan Game Online Dikalangan Pelajar. *Jom FISIP*, 2, 1–15.

Syahrial, M. (27 November, 2018). Berapa Rata-rata Waktu yang Biasa Dihadiskan Seseorang untuk Main Game? *Keepo.Me*.
<https://today.line.me/id/v2/article/9Z62qR>

Widiana, H. S., Retnowati, S., & Hidayat, R. (2004). Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 1, 6–16.