

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bermain *game online* merupakan salah satu hiburan yang terbilang mudah didapat dan murah jika dibandingkan dengan hiburan lainnya. Perilaku bermain *game online* disukai karena menawarkan berbagai keuntungan bagi para pemainnya baik bagi mental maupun materi. Bermain *game online* selain menjadi sumber kesenangan, juga menyebabkan masalah potensial seperti kecanduan (Jap, Tiatri & Jaya 2013). Kecanduan *game online* saat ini menjadi permasalahan global. *Game online* memiliki kecenderungan membuat pemainnya asik bermain *game online* hingga melupakan waktu. Seseorang dapat dikatakan mengalami kecanduan terhadap *game online* jika ia menghabiskan waktunya 4-6 jam per harinya (Ayu & Saragih, 2016). Menurut Piyeke (dalam Handriana, Wati & Amelia, 2021), durasi bermain *game online* normalnya bagi anak remaja adalah sampai 3 jam dan bisa dikategorikan berlebihan jika bermain *game online* lebih dari 3 jam setiap harinya.

Menurut data Newzoo (2017) Indonesia memiliki gamer sebanyak 43,7 juta orang, kisaran umur pria paling banyak di angka 21-35 tahun dengan persentase 26%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Decision Lab pada tahun 2018, gamer di Indonesia tak hanya digandrungi oleh kalangan muda saja. Studi menunjukkan seperempat dari jumlah total gamer memiliki usia 16-24 tahun dan 25-34 tahun, dimana persentasenya masing-masing 27 persen. 24 persen lainnya tercatat berusia 35-44 tahun. Pengguna smartphone dengan usia 45-54 tahun juga turut aktif memainkan game mobile dengan persentase 17 persen dari basis gamer di Indonesia. yang semakin banyak. Berdasarkan WeareSocial survei yang dilaporkan DataReportal, pada awal tahun 2020, jumlah pengguna internet di dunia mencapai 4,5 miliar orang. Dari total pengguna internet dunia, sekitar 80% dari pengguna internet dalam rentang usia 16-64 tahun bermain game setiap bulannya sehingga total individu yang bermain game sebanyak 3,5 miliar orang.

Kelompok usia yang paling rentan akan adiksi *game online* ini adalah para remaja dan dewasa awal. Banyak studi yang telah menunjukkan bahwa adiksi *game online* memberikan dampak negatif psikososial *gamer* remaja dan dewasa awal. Berkaitan dengan kecanduan *game online*, individu yang masuk dalam kategori umur dewasa awal menjadi salah satu target utama yang memiliki kecenderungan kecanduan *game online*, hal ini disebabkan dewasa awal adalah salah satu kelompok usia yang paling peka terhadap perkembangan teknologi salah satunya perkembangan *game online*. Individu yang terpapar dengan keberadaan *game online* akan mungkin bermain *game online* dan memiliki kemungkinan terbesar untuk menjadi kecanduan *game online* (Mubarok, 2021). Santrock (2002) masa dewasa awal adalah istilah yang kini digunakan untuk menunjuk masa transisi dari remaja menuju dewasa. Rentang usia ini berkisar antara 18 tahun hingga 25 tahun, masa ini ditandai oleh kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi.

Menurut Lybertha & Desiningrum (2016) mahasiswa adalah individu yang berada pada fase dewasa awal, yakni berada pada rentang usia 18 tahun – 40 tahun. Masa dewasa ini merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, dan mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan-keinginan dan nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas baru ini. Selain itu orang dewasa awal juga diharapkan mampu menyesuaikan diri secara mandiri (Hurlock, 2001). Seorang Profesor Psikologi Douglas A. Gentile di Low State University menyatakan bahwa bermain game terlalu lama akan mengalami masalah pada konsentrasi saat belajar sehingga dapat membuat nilai di sekolah menjadi turun. Penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa di Universitas A, hasil penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa kecanduan game dapat membuat motivasi belajar mahasiswa menurun, karena para mahasiswa lebih memilih bermain game dan menjadi malas belajar serta tidak peduli dengan tugas-tugas perkuliahnya (Angela, 2013).

Tingkat kecanduan *game online* memiliki hubungan yang negatif dengan IPK mahasiswa, artinya semakin tinggi tingkat kecanduan game pada mahasiswa maka dapat menyebabkan semakin rendahnya nilai IPK mahasiswa

(Prastyo, 2017). Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* jika tidak ditangani dengan benar maka dapat menyebabkan rendahnya kontrol diri pada individu tersebut karena tidak mampu mengurangi waktu bermain sehingga mengakibatkan individu gagal untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* (Pratama, Widiyanti & Hendrawati 2020). Menurut Ariantoro (2016), bermain *game online* yang berlebihan mengakibatkan munculnya kecanduan dengan berbagai efek negatifnya, seperti kemunculan perilaku agresi, kehilangan minat untuk terlibat di dunia nyata, prestasi menurun hingga kurangnya regulasi diri jika tidak dapat menyeimbangkannya dengan kontrol diri yang baik.

Menurut Novrialdy (2019), kecanduan *game online* dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi remaja yang mengalaminya. Dampak yang akan muncul akibat kecanduan *game online* meliputi lima aspek, antara lain aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial, dan aspek keuangan. Aspek Kesehatan, kecanduan *game online* mengakibatkan kesehatan individu menurun. Individu yang kecanduan *game online* memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan, Aspek Psikologis, banyaknya adegan *game online* yang memperlihatkan tindakan kriminal dan kekerasan, seperti: perkelahian, perusakan, dan pembunuhan secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar individu bahwa kehidupan nyata ini adalah layaknya sama seperti di dalam *game online* tersebut. Daya konsentrasi remaja pada umumnya terganggu sehingga kemampuan dalam menyerap pelajaran tidak maksimal, Aspek Sosial, beberapa gamer merasa menemukan jati dirinya ketika bermain *game online* melalui keterikatan emosional dalam pembentukan avatar, yang menyebabkan tenggelam dalam dunia fantasi yang diciptakannya sendiri. Hal ini dapat membuat kehilangan kontak dengan dunia nyata sehingga dapat menyebabkan berkurangnya interaksi, Aspek Keuangan, bermain *game online* terkadang membutuhkan biaya, untuk membeli voucher saja supaya tetap bisa memainkan salah satu jenis *game online* dibutuhkan biaya yang tidak sedikit. Menurut Annisa (2021), kecenderungan kecanduan pada *game online* adalah ketergantungan yang dimiliki oleh seorang individu

dalam kadar yang berlebihan terhadap *game online* dilakukan secara terus menerus, sehingga akhirnya dapat membawa dampak negatif terhadap perkembangan psikologis dan fisik individu. Kecenderungan kecanduan terhadap *game online* didefinisikan sebagai kondisi psikologis individu yang memiliki ketergantungan maladaptif bermain *game online* yang dimanifestasikan melalui pola obsesif-kompulsif dari perilaku penggunaan hingga mengorbankan kegiatan penting lainnya (Xu, Turel & Yuan 2012).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Dinata (2017) pada mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas R, yang menyatakan bahwa bermain *game online* membuat individu merasa terikat dengan *game online*, merupakan suatu kebutuhan untuk jumlah waktu yang terus meningkat, membuat upaya-upaya untuk mengendalikan, mengurangi, atau berhenti bermain *game online* menjadi tidak berhasil, dan membuat mahasiswa yang kecanduan *game online* merasa gelisah, murung, depresi, atau lekas marah ketika mencoba untuk mengurangi atau berhenti bermain *game online*. Dari penelitian tersebut juga dapat disimpulkan bahwa dengan bermain *game online*, informan secara tidak langsung terus menerus terbawa akan *game online* tersebut, sehingga individu jadi jarang bergaul dengan teman atau kerabat disekitar lingkungan individu. Pengaruh negatif *game online* ialah tingkah laku agresif, perubahan tingkah laku pada aspek pemikiran tertentu, kesehatan yang menurun, cenderung mengalami kecanduan (Wardhani & Fahrudin, 2008)

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 Juli sampai 10 Juli 2022 kepada dua puluh (20) individu dewasa awal menggunakan *g-form* mengenai kecenderungan kecanduan *game online* dapat disimpulkan bahwa 18 dari 20 individu merasa bahwa *game online* merupakan hal yang penting, 18 dari 20 individu terbiasa bermain *game online* dalam waktu yang lama, 19 dari 20 individu bermain *game online* untuk mengurangi stres, 14 dari 20 individu bermain *game online* setiap hari, 19 dari 20 individu dapat mengurangi rasa gelisah dengan cara bermain *game online*, 18 dari 20 individu merasa kesal jika ada yang mengganggu saat bermain *game online*, 15

dari 20 individu merasa pola tidurnya menjadi berantakan dikarenakan bermain *game online*.

Menurut Wong & Hodgins (2014) seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan mengalami peningkatan jumlah waktu bermain *game online* nya dan memiliki emosional yang tidak stabil pada saat adanya pengurangan waktu untuk bermain *game online*, menghindari masalah dengan bermain *game online*, merasa gelisah apabila tidak bisa bermain *game online*, selalu berupaya untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* namun tidak berhasil. Individu yang mengalami kecenderungan kecanduan *game online* akan merasakan gejala-gejala seperti selalu memikirkan *game online* setiap hari, bertambahnya intensitas bermain *game online*, menggunakan *game online* untuk melepaskan diri dari masalahnya, mengalami kegagalan saat ingin berhenti bermain *game online*, menimbulkan rasa tidak mengenakan apabila tidak dapat bermain *game online*, timbulnya konflik dengan orang lain akibat aktivitas bermain *game online*, mengutamakan bermain *game online* dibandingkan aktifitas lain. Seseorang yang gagal untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* namun tidak berhasil, termasuk dalam kriteria kecenderungan kecanduan *game online* (Lemmens, Valkenburg & Peter 2009).

Menurut Adiningtiyas (2011) karakteristik kecenderungan kecanduan *game online* antara lain individu bermain *game online* seharian, dan sering bermain dalam jangka waktu lama, individu bermain *game online* untuk kesenangan, cenderung seperti tak kenal lelah dan mudah tersinggung saat dilarang, individu yang kecanduan tidak pernah menghiraukan larangan orang lain untuk mengurangi intensitas bermain *game online* dan individu cenderung berontak apabila dilarang untuk bermain, individu 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 dan individu ingin mengurangi ketergantungannya tapi tidak bisa.

Dalam Adiningtias (2011) terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecenderungan kecanduan *game online*. Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* pada individu, antara lain lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*, kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga individu memilih alternatif bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan, harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer individu, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan. Faktor-faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* antara lain Keinginan yang kuat dari diri individu untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar pemain game semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi, Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya kecanduan terhadap *game online*, rasa bosan yang dirasakan individu ketika berada di rumah atau di lingkungannya, kurangnya kontrol diri dalam diri individu, sehingga individu kurang mampu mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

Menurut Tangney, Baumeister & Boone (2004) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Kemudian berdasarkan Kusumawardhani, Kurnianingrum & Soetikno (2018) kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk melampaui atau merubah respon dalam diri juga untuk menghalangi perilaku yang tidak diinginkan muncul sebagai bentuk respon dari sebuah situasi. Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan

mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawita, 2017).

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya menurut Ghufron & Risnawita (2017) faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu), antara lain : Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Faktor eksternal ini di antaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan mengenai kontrol diri dapat diketahui bahwa 17 dari 20 individu mudah terganggu apabila dihadapkan pada *game online*, 17 dari 20 individu bermain *game online* tanpa mempertimbangkan kepentingan lain, 18 dari 20 individu lebih memilih bermain *game online* daripada belajar, 18 dari 20 individu bermain game ketika ada kelas online, 18 dari 20 individu bermain game sampai lupa waktu.

Dilansir dari Okezone.com (2019), terdapat mahasiswa yang hampir dikeluarkan dari universitas karena urusan akademiknya terbengkalai yang disebabkan oleh kecanduan *game online*. Perilaku tersebut menunjukkan kurangnya kontrol diri pada diri mahasiswa tersebut. penerapan self control pada seseorang yang memiliki kecanduan terhadap *game online* sangatlah penting, karena kemampuan self control membantu menurunkan tingkat kecanduan *game online* pada seorang individu, dan dengan menurunnya tingkat kecanduan *game online*, individu tersebut dapat lebih fokus pada hal-hal yang lebih penting, dalam kasus ini urusan akademik. Berdasarkan penjelasan hal yang telah dipaparkan sebelumnya, maka jelas bahwa kontrol diri perlu dimiliki oleh individu terutama dewasa awal, karena dewasa awal memiliki tanggung jawab dan harus mengambil keputusan.

Berdasarkan hasil wawancara nonformal lapangan yang dilakukan kepada 5 individu dewasa awal yang dilakukan pada 11 Juli sampai 12 Juli

2022 maka diperoleh beberapa pernyataan yang merujuk pada kecenderungan kecanduan *game online*. Bila dilihat dari gambaran kecenderungan kecanduan *game online* pada subjek pertama, subjek aktif dalam bermain *game online Mobile Legend* dan *Efootball*, dalam wawancara tersebut subjek menyampaikan bahwa subjek bermain *game online* 5-6 jam perhari, kemudian subjek mengatakan bahwa *game online* cukup penting baginya, untuk menenangkan pikiran dari banyaknya masalah yang subjek hadapi, dan subjek seringkali tiba-tiba memikirkan *game online*. Selanjutnya untuk wawancara subjek kedua, subjek memainkan *game online PUBG Mobile* dan *Mobile Legend*, dalam sehari subjek dapat bermain *game online* sampai 6 jam, subjek menganggap bahwa *game online* penting, kemudian dalam bermain *game online*, subjek harus merasa puas terlebih dahulu agar bisa berhenti bermain *game online*. Selanjutnya untuk wawancara subjek ketiga, subjek hanya memainkan *game online Mobile Legend*, dalam sehari subjek dapat bermain *game online* 4 sampai 5 jam, kemudian subjek ini lebih memilih bermain *game online* dibandingkan beraktivitas diluar dan subjek ini menganggap bahwa bermain *game online* dapat mengurangi stres. Selanjutnya untuk wawancara subjek keempat, subjek hanya memainkan *game online Mobile Legend*, subjek bermain *game online* kurang lebih 5 jam dalam sehari, kemudian subjek mengatakan bahwa *game online* penting karena dapat menghilangkan penat dalam dunia perkuliahan, dan subjek mengatakan bahwa *game online* merupakan bagian dari hidup subjek. Selanjutnya untuk subjek kelima, subjek memainkan *game online Apex Legend* dan *PUBG Mobile*, subjek bermain *game online* 4 sampai 7 jam dalam sehari, subjek menganggap *game online* penting, dan subjek bermain *game online* dengan tujuan untuk menghilangkan stres.

Dari hasil wawancara tersebut didapatkan juga beberapa pernyataan mereka yang merujuk pada kontrol diri yang rendah sebagai faktor kecenderungan kecanduan *game online*. Subjek pertama pernah melalaikan tugas dan pekerjaan dikarenakan bermain *game online* karena subjek lebih memilih bermain *game online* dibandingkan mengerjakan tugas dan pekerjaan, kemudian pola tidur subjek menjadi rusak dikarenakan bermain *game online*.

Selanjutnya untuk subjek kedua, subjek seringkali bermain *game online* sampai melupakan mengerjakan tugas, bahkan subjek kedua pernah bermain *game online* pada saat sedang kuliah online sampai tidak mengerti apa yang dibahas pada perkuliahan tersebut. Selanjutnya untuk subjek ketiga, subjek seringkali tidak mengerjakan tugas kuliah dikarenakan bermain *game online* dan subjek pernah bermain *game online* sampai lupa bahwa ada kelas online pada saat itu. Selanjutnya untuk subjek keempat, subjek mengatakan bahwa jika subjek sedang bermain *game online*, subjek akan marah jika ada yang mengganggu, dan subjek pernah lupa mengerjakan tugas kuliah dikarenakan bermain *game online*. Selanjutnya untuk subjek kelima, subjek seringkali bermain *game online* sampai lupa waktu, bahkan subjek seringkali lupa untuk mengerjakan tugas kuliah.

Dari hasil wawancara dilapangan didapatkan adanya gambaran fenomena kecenderungan kecanduan *game online* yang tinggi dan juga ada gambaran kontrol diri yang rendah pada individu dewasa awal yang bermain *game online*.

Studi yang dilakukan oleh Lemmens et al. (2009) pada remaja di Belanda mengenai kecanduan *game online* pada remaja berhasil mengungkap penyebab kecanduan *game online*. Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh Lemmens, Valkenburg & Peter (2011) pada remaja di Belanda mengenai kecanduan *game online* berhasil membuktikan bahwa kecanduan *game online* dapat meningkatkan agresi fisik diantara remaja laki-laki. Penelitian oleh Van Holst, Lemmens & Valkenburg (2012) pada remaja di Belanda yang membahas mengenai kecanduan *game online* dan bias perhatian berhasil menunjukkan bahwa pola perilaku yang umumnya terkait dengan gangguan kecanduan juga terkait dengan masalah bermain game. Studi oleh Lemmens, Valkenburg & Gentile (2015) pada remaja di Belanda berhasil mengemukakan beberapa temuan, salah satunya adalah individu pemain *game online* secara umum jauh lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami konflik daripada melarikan diri. Penelitian yang dilakukan oleh Lemmens & Hendriks (2016) pada remaja dan dewasa di Belanda berhasil menunjukkan bahwa *game online* memiliki potensi yang lebih adiktif daripada game offline. Berdasarkan 5 penelitian terdahulu

mengenai kecanduan *game online*, maka pembaruan dalam penelitian ini adalah mencari apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*.

Berdasarkan hasil penelitian Khairiah, Nurdin & Saifan (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung lebih banyak berada dalam kondisi mampu mengontrol dirinya ketimbang dalam kondisi tidak mampu mengontrol diri. Mahasiswa melaporkan bahwa mereka mengabaikan game ketika memiliki tugas, memiliki jadwal kuliah, bahkan mengetahui bahwa mereka dapat melakukan olahraga atau rekreasi untuk menghindari game dan menolak ajakan teman dengan alasan mengantuk, atau kehabisan kuota internet. Namun ada waktunya mahasiswa tidak mampu tidur malam karena mengejar target dalam *game online*. Hal ini kemudian menyebabkan mereka tidak mampu bangun pagi dan meninggalkan jadwal kuliah. Keterlibatan mahasiswa dalam *game online* ini terjadi karena kondisi bosan dan kesepian. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sari & Astuti (2020) mendapatkan hasil bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* sehingga dapat dikatakan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecanduan *game online* pada siswa dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecanduan *game online* pada siswa. Studi yang dilakukan oleh Dova Pratika (2021) mendapatkan hasil korelasi negatif bermakna antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online*. Hal ini berarti kontrol diri yang semakin rendah maka kecenderungan kecanduan *game online* semakin tinggi, sebaliknya kontrol diri yang semakin tinggi maka kecenderungan kecanduan *game online* yang dilakukan Gamers PUBG Mobile di UKM E-SPORT Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya semakin rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Huda (2021) mendapat kesimpulan bahwa penelitiannya memiliki hubungan negatif antara kecanduan *game online* dengan kontrol diri pada remaja SMA X. Individu yang mempunyai kontrol diri rendah akan lebih mudah mengalami kecanduan *game online*, sebaliknya seseorang dengan kontrol diri tinggi cenderung bisa mengontrol perilakunya. Kemudian dalam studi yang dilakukan oleh Annisa (2021) didapatkan hasil bahwa siswa kelas X MA N 1 Kota Serang berada pada kategori sedang untuk

kontrol diri dengan persentase 63,3% dan kategori sedang untuk hasil penelitian adiksi *game online* sebesar 82%.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang peneliti lakukan dapat ditemukan bahwa banyak sekali dewasa awal yang bermain *game online* mengalami kecenderungan kecanduan *game online*, yang kemudian dari kecenderungan kecanduan *game online* tersebut dapat menimbulkan beberapa dampak negatif kepada individu tersebut, antara lain seperti kewajiban untuk menyelesaikan tugas dan pekerjaan menjadi terbengkalai, kurang beraktivitas sosial dan sebagainya. Adapula faktor yang mempengaruhi kecenderungan kecanduan *game online* antara lain faktor internal dan faktor eksternal, salah satu faktor internalnya adalah kurangnya kontrol diri.

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan *Game online* pada dewasa awal di Kota Bekasi?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online* pada dewasa awal.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah di harapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu Psikologi Sosial terkait dengan hubungan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *game online*. Lalu penelitian ini juga sebagai sarana ilmu pengetahuan untuk masyarakat atau mahasiswa yang membutuhkan terutama untuk orang yang bermain *game online*, dan juga sebagai sarana untuk penelitian selanjutnya dengan topik yang sama. Kemudian untuk peneliti selanjutnya apabila ingin meneliti mengenai kecenderungan kecanduan *game online* dan kontrol diri pada dewasa awal dapat menggunakan skala yang digunakan pada penelitian ini. Manfaat praktis dari penelitian ini yaitu, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai gambaran kontrol diri dan kecenderungan kecanduan *game online* pada dewasa awal. Pecandu *game*

online terutama dewasa awal, dapat memahami kondisi dirinya terutama tentang kecenderungan kecanduan *game online*, selain itu juga agar individu yang bermain *game online* dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online*, agar dapat mengendalikan atau meninggalkan perilaku tersebut.

