

REGULASI DIRI PADA MAHASISWA KECANDUAN *GAME ONLINE*

SKRIPSI



FAKULTAS PSIKOLOGI

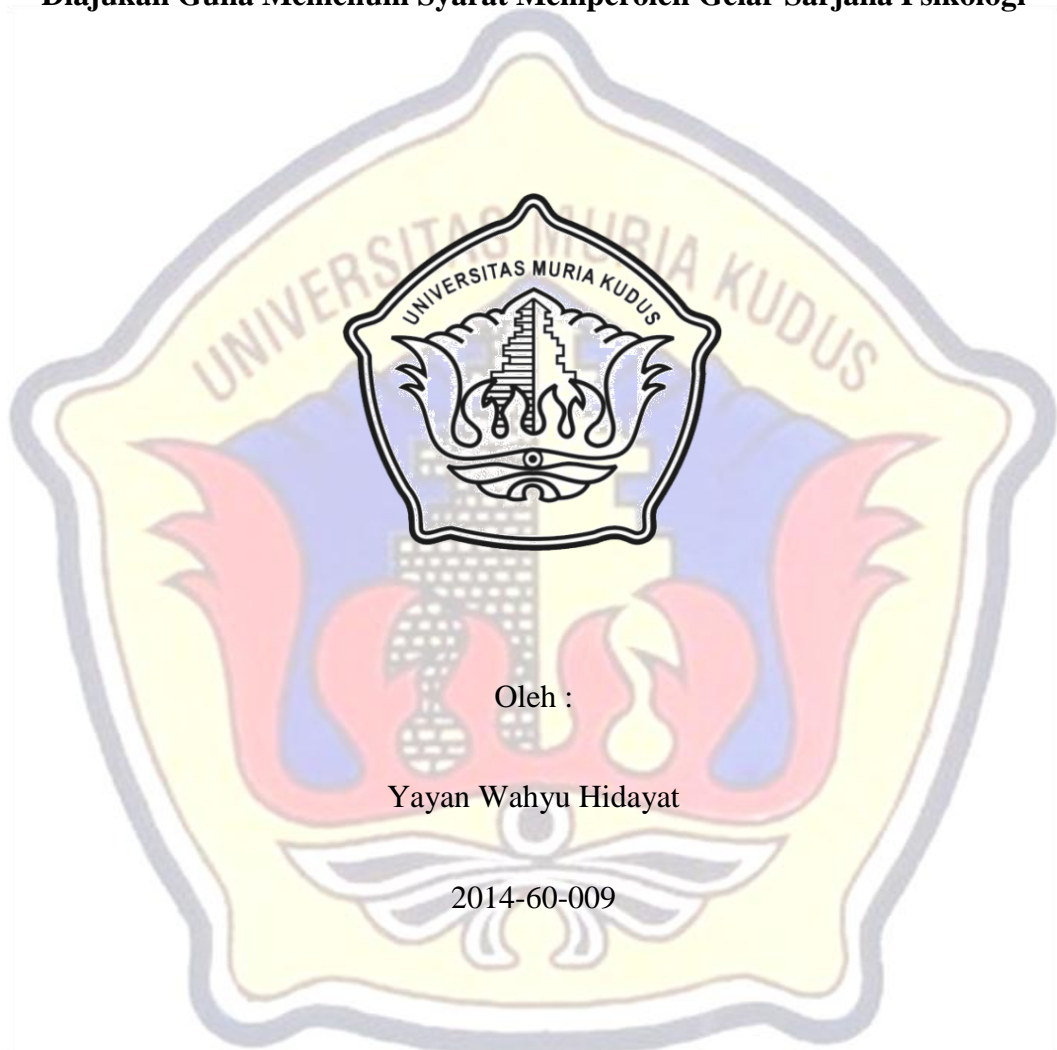
UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2020

REGULASI DIRI PADA MAHASISWA KECANDUAN *GAME ONLINE*

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

Yayan Wahyu Hidayat

2014-60-009

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2020

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan

Diterima Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

2.6.FEB.2020.

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

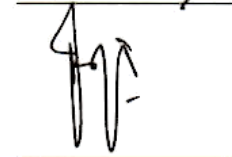
Dekan,

(Iranita Hervi Mahardayani, S. Psi, M. Psi)

Dewan Penguji

1. Dr. M. Widjanarko, S.Psi, M.Si.
2. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si.
3. Rr. Dwi Astuti, S.Psi, M.Psi.

Tanda Tangan



HALAMAN PERSETUJUAN

REGULASI DIRI PADA MAHASISWA KECANDUAN *GAME ONLINE*

yang diajukan oleh :


YAYAN WAHYU HIDAYAT

2014-600-09

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

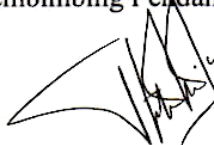
Pembimbing Utama



Dr. M. Widjanarko, S.Psi, M. Si

Tanggal ...**26 FEB**...~~2020~~

Pembimbing Pendamping



Latifah Nur Ahyani, S.Psi, Psi, MA

Tanggal ...**26 FEB**...~~2020~~

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini terutama untuk orang tuaku, terima kasih atas doa yang tiada henti kau lantunkan demi anakmu menjadi orang sukses dan bahagia. Semoga dapat membalas semua fasilitas yang kau berikan dengan memberikank kebahagiaaan disuatu saat nanti.



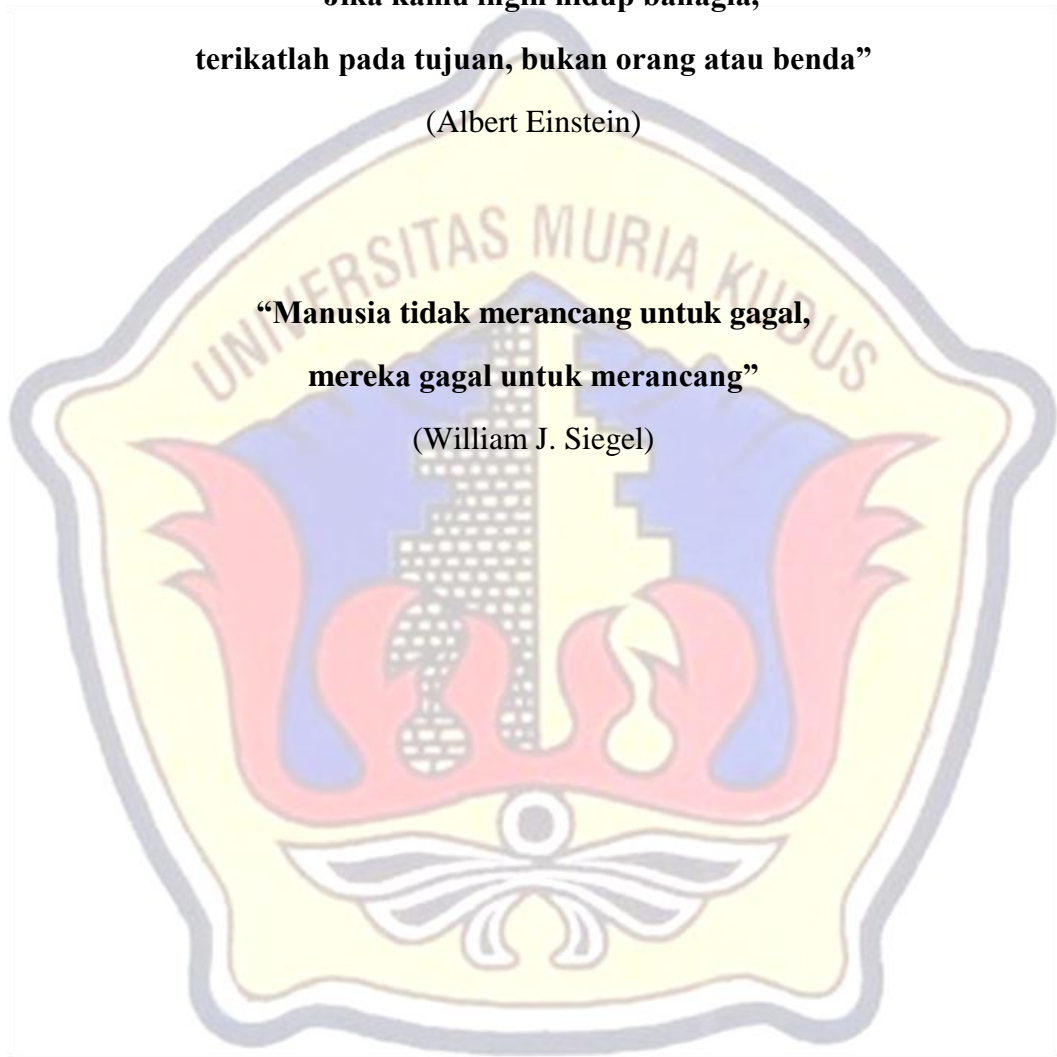
MOTTO

**“Jika kamu ingin hidup bahagia,
terikatlah pada tujuan, bukan orang atau benda”**

(Albert Einstein)

**“Manusia tidak merancang untuk gagal,
mereka gagal untuk merancang”**

(William J. Siegel)



PRAKATA

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karuniaNya yang telah memberikan kesehatan, kecerdasan, kesabaran dan diberikan kemudahan dalam melaksanakan penelitian ini untuk memenuhi persyaratan dalam mencapai gelar sarjana jenjang strata (S1) difakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dengan judul penelitian : *Regulasi diri Pada Mahasiswa Kecanduan Game Online.*

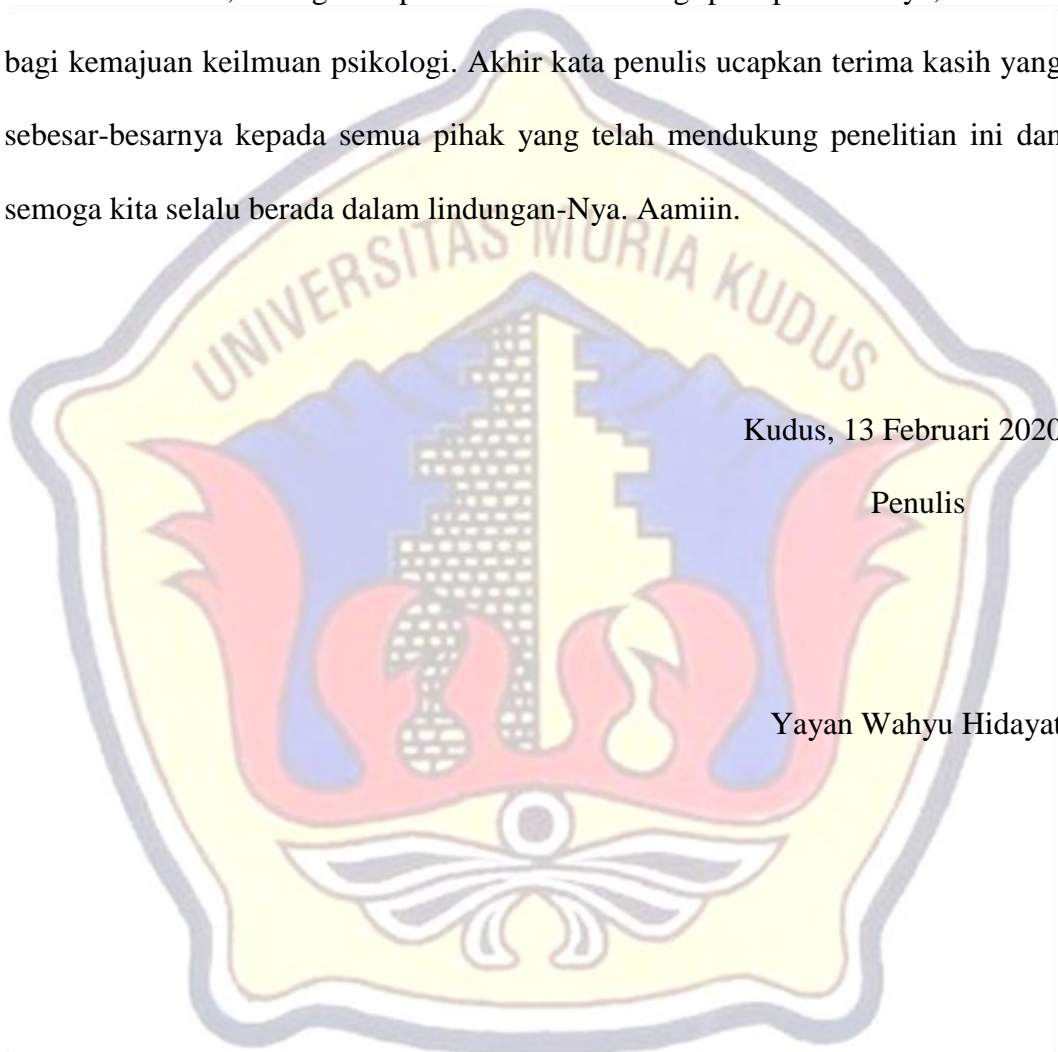
Banyak sekali rintangan dan hambatan selama proses studi yang dirasakan penulis pada saat mengerjakan skripsi ini. Beratnya perjuangan yang dilalui selama menjadi mahasiswa Psikologi Universitas Muria Kudus, semoga mendapatkan hikmah atas segala upaya dan menjadi bekal yang bermanfaat untuk masa depan. Penulis menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, mustahil rasanya karya ini terwujud. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M. Psi. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Bapak Dr. M. Widjanarko, S. Psi, M. Si. selaku pembimbing utama yang telah membimbing, mengarahkan, dan mendidik serta memotivasi selama menuntut ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.

3. Ibu Latifah Nur Ahyani, S. Psi, Psi, MA. selaku pembimbing pendamping yang telah berkenan meluangkan waktunya ditengah masa cuti melahirkan.
4. Seluruh Dosen yang telah memberikan pendidikan ilmu yang bermanfaat selama menuntut ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
5. Seluruh staf serta karyawan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah banyak membantu penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
6. Spesial orang tua, Pak'e dan Buk'e yang telah bersusah-payah mendidik anaknya dengan penuh kesabaran dan kasihsayang, serta do'a yang selalu dipanjatkan beliau di setiap langkah penulis untuk menggapai cita-cita dan masa depan yang cerah.
7. Seluruh keluarga besar penulis, yang telah memberikan dukungan materil maupun moril kepada penulis.
8. Teman-teman mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2014 yang telah memberikan motivasi dan pengalaman berharga pada saat awal semester satu hingga semester akhir.
9. Kakak dan adik tingkat mahasiswa Fakultas Psikologi yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah mendukung serta membantu selama proses penelitian.
10. Para informan dari *Squad Kingsglaive* (KGV), terutama kepada Regis, Noctis, dan Pak Kajirukin yang telah berkenan menerima serta membantu penulis dalam menyelesaikan proses penelitian ini.

11. Terakhir untuk semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

Demikian, semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembacanya, terutama bagi kemajuan keilmuan psikologi. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung penelitian ini dan semoga kita selalu berada dalam lindungan-Nya. Aamiin.



Kudus, 13 Februari 2020

Penulis

Yayan Wahyu Hidayat

DAFTAR ISI

	Halaman
SKRIPSI	i
SKRIPSI	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Regulasi Diri	10
1. Pengertian Regulasi Diri	10
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....	11
B. Kecanduan <i>Game Online</i>	15
1. Pengertian Kecanduan <i>Game online</i>	15
2. Kriteria kecanduan <i>game online</i>	16
C. Regulasi Diri Pada Mahasiswa Kecanduan <i>Game Online</i>	17
D. Skema Alur Pikir	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Metode Penelitian Kualitatif.....	22

B.	Ciri-ciri Penelitian Kualitatif	23
C.	Subjek Penelitian	25
D.	Metode Pengumpulan Data.....	26
E.	Metode Analisis Data.....	28
F.	Kredibilitas Hasil Penelitian	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		33
A.	Persiapan Penelitian	33
B.	Pelaksanaan Penelitian.....	33
C.	Hasil Penelitian	34
D.	Tabel Analisis	72
E.	Kredibilitas Penilaian.....	74
F.	Pembahasan	76
BAB V PENUTUP.....		81
A.	Simpulan	81
B.	Saran	82
DAFTAR PUSTAKA		83
LAMPIRAN.....		87



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Jadwal Pertemuan Wawancara.....	34
Tabel 4.2 Tabel Analisis.....	72



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Skema Alur Pikir	21
Gambar 2.	Skema Interpretasi Informan I	45
Gambar 3.	Skema Interpretasi Informan II.....	59
Gambar 4.	Skema Interpretasi Informan III	71



REGULASI DIRI PADA MAHASISWA KECANDUAN *GAME ONLINE*

ABSTRAK

Regulasi diri merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri serta merubah dapat respon diri sendiri berdasarkan aturan dan standar yang sudah ditetapkan sebelumnya oleh diri sendiri untuk mencapai suatu tujuan. Sedangkan kecanduan *game online* merupakan perilaku adiktif terhadap non zat yang dilakukan secara berlebihan dan komplisif pada *game* atau permainan yang terhubung jaringan internet yang berakibat buruk pada hubungan sosial, pekerjaan, akademik, regulasi diri, dan gangguan psikologis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor kebutuhan internal dalam melakukan regulasi diri pada mahasiswa kecanduan *game online*. Adapun informan dalam penelitian ini adalah seorang mahasiswa yang mengalami *salience, tolerance, mood modification, withdrawal, relapse, conflict, problem* dalam bermain *game* dan mempunyai masalah terkait regulasi diri. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif pendekatan fenomenologikal dengan menggunakan teknik observasi dan wawancara serta metode analisis data menggunakan *coding*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor regulasi diri adalah observasi diri, proses penilaian, dan reaksi diri. Selain itu, adanya proses determinasi timbal balik atau *triadic reciprocal causation* yang berkesinambungan antara lingkungan, perilaku dan manusia (kognitif).

Kata kunci : Regulasi diri, mahasiswa, kecanduan game online.

SELF REGULATION ON STUDENTS ADDICTED ONLINE GAMES

ABSTRACT

Self-regulation is the ability to motivate oneself and change to be able to respond to oneself based on rules and standards predetermined by oneself to achieve a goal. While online game addiction is an addictive behavior towards non-substances that are carried out excessively and exclusively on games or internet-connected games that have a negative impact on social relations, work, academic, self-regulation, and psychological disorders. The purpose of this study was to determine the internal needs factor in self-regulation of online game addiction students. The informant in this study was a student who experienced salience, tolerance, mood modification, withdrawal, relapse, conflict, problems in playing games and had problems related to self regulation. The method used in this study is a qualitative method of phenomenological approach using observation and interview techniques and data analysis methods using coding. The results of this study indicate that the factors of self regulation are self observation, assessment process, and self reaction. In addition, there is a process of mutual determination or triadic reciprocal causation that is continuous between the environment, behavior and humans (cognitive).

Keywords: Self regulation, students, addicted to online games.