



**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN REGULASI DIRI
DENGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA REMAJA**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

MUHAMMAD UMARDANI

NIM: 2020 60 113

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN REGULASI DIRI DENGAN
ADIKSI *GAME ONLINE* PADA REMAJA**

Diajukan oleh

MUHAMMAD UMARDANI

NIM: 2020 60 113

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Disetujui oleh:

Pembimbing



Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si.

Tanggal...18 MAR 2024

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 18 MAR 2024

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus



Dekan

Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si., Psikolog.

Dewan Penguji


Tanda Tangan

1. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si.



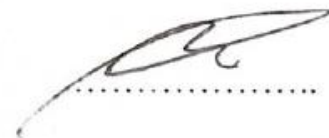
.....

2. Arcivid Chorynia Ruby, S.Psi., M.Psi., Psikolog.



.....

3. Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A.



.....

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, penulis ingin mengungkapkan terima kasih kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan kesehatan sehingga penulis masih diberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu persyaratan untuk meraih gelar sarjana.

Dengan sepenuh cinta, kasih, dan doa, penulis ingin mempersembahkan karya sederhana ini untuk:

Bapak Suprih Santoso dan Ibu Herlina, terimakasih telah menjadi orangtua yang selalu memberikan pengorbanan untuk anaknya sampai dititik dimana dia menjadi sarjana.

MOTTO

“He who has a why to live for can bear almost any how”.

Friedrich Nietzsche

“Always remember when they doubted you”.

Trae Young

“With a great reward, comes a great price, comes a great sacrificed”.

Hasan Askari

“Resting at the end, not in the middle”.

Kobe Bryant

PRAKATA

Segala puji dan syukur tertuju kepada Allah SWT, Tuhan semesta alam, atas rahmat dan karunia-Nya yang melimpah. Dengan berkat-Nya, penulis berhasil menyelesaikan penelitian berjudul "**Hubungan Antara Harga Diri dan Regulasi Diri Dengan Adiksi *Game Online* Pada Remaja**" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Penulis menyadari bahwa tanpa dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak, menyelesaikan skripsi ini menjadi tugas yang sulit. Oleh karena itu, dengan rendah hati dan tulus, penulis ingin mengungkapkan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Ibu Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing yang dengan sukarela meluangkan waktu untuk memberikan panduan, arahan, serta masukan sepanjang proses penulisan skripsi ini.
3. Bapak Ibu dosen dan Staf TU Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
4. Bapak Hasan Askari, terimakasih telah memberi tamparan keras bagi saya sehingga membantu meningkatkan regulasi diri dan kontrol diri saya, yang berguna untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Rindifa, terimakasih telah membantu saya saat mencari judul skripsi dan beberapa hal yang berkaitan dengan keberlangsungan pengerjaan skripsi saya.
6. Teman-teman yang membantu menyebarkan data, terimakasih telah membantu saya untuk mendapatkan data yang saya butuhkan untuk

keberlangsungan berjalannya skripsi.

7. MA, MK, dan DU yang bersedia saya wawancarai guna membuat preliminary saya.
8. Agung Nugroho, terima kasih telah mengajari saya menggunakan Microsoft excel, yang berguna untuk membuat kategorisasi di BAB 4.
9. Kepada teman-teman Fakultas Psikologi Angkatan 2020 atas kerjasamanya selama ini.

Dengan penuh rasa terima kasih, penulis ingin mengucapkan apresiasi atas segala bantuan yang telah diberikan. Harapannya, karya sederhana ini, meskipun masih memiliki kekurangan, dapat memberikan kontribusi positif bagi kemajuan dalam bidang psikologi. Penulis berharap agar pengaruhnya tidak hanya terbatas pada penelitian ini saja. Sebagai penutup, penulis memohon maaf jika terdapat kesalahan selama proses penulisan skripsi

Alhamdulillahirobbil'alamin

Kudus, 18 Januari 2024

Penulis,



Muhammad Umardani

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRACT	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORI	8
A. Adiksi <i>Game online</i>	8
1. Pengertian Adiksi <i>Game online</i>	8
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Adiksi <i>Game online</i>	9
3. Aspek-aspek Adiksi <i>Game Online</i>	13
B. Harga Diri.....	17
1. Pengertian Harga diri.....	17
2. Aspek-Aspek Harga Diri	18
C. Regulasi Diri	19
1. Pengertian Regulasi Diri	19
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri.....	20
D. Hubungan antara Harga Diri dan Regulasi Diri dengan Adiksi <i>Game Online</i>	23
E. Hipotesis.....	27

BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Identifikasi Variabel Penelitian	29
B. Definisi Operasional Variabel	29
1. Adiksi <i>Game Online</i>	30
2. Harga Diri	30
3. Regulasi Diri	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
1. Populasi	31
2. Pengambilan Sampel	32
D. Metode Pengumpulan Data	32
1. Skala Adiksi <i>Game Online</i>	33
2. Skala Harga Diri	34
3. Skala Regulasi Diri	34
E. Validitas dan Reliabilitas	35
1. Validitas	35
2. Reliabilitas	36
F. Metode Analisis Data	36
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	37
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian	37
1. Orientasi Kacah	37
2. Persiapan Penelitian	37
B. Pelaksanaan Penelitian	42
C. Hasil Penelitian	43
1. Deskripsi Partisipan Penelitian	43
2. Deskripsi Data Penelitian	44
3. Hasil Uji Asumsi	45
4. Hasil Uji Hipotesis	46
5. Kategorisasi Standar Deviasi	48
D. Pembahasan	49
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	53
A. Simpulan	53

B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print Skala Harga Diri	34
Tabel 3.2 Blue Print Skala Regulasi Diri	35
Tabel 4.1 Blue Print Skala Harga Diri	39
Tabel 4.2 Blue Print Skala Regulasi Diri	40
Tabel 4.3 Sebaran item skala harga diri yang valid dan gugur	41
Tabel 4.4 Sebaran item skala regulasi diri yang valid dan gugur	42
Tabel 4.5 Deskripsi Responden.....	43
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 4.7 Hasil Uji Linieritas Antara Harga diri dengan Adiksi <i>Game Online</i>	46
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas Antara Regulasi Diri dengan Adiksi <i>Game Online</i>	46
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis Mayor	47
Tabel 4.10 Hasil Analisis Korelasi Harga diri dengan Adiksi <i>Game Online</i>	47
Tabel 4.11 Hasil Analisis Korelasi Hubungan Regulasi Diri dengan Adiksi <i>Game Online</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	<i>Blue Print</i> Penelitian
	A.1 <i>Blue Print</i> Adiksi <i>Game Online</i>
	A.2 <i>Blue Print</i> Harga Diri
	A.3 <i>Blue Print</i> Regulasi Diri
Lampiran B	Skala Penelitian
	B.1 Skala Adiksi <i>Game Online</i>
	B.2 Skala Harga Diri
	B.3 Skala Regulasi Diri
Lampiran C	Data Kasar
	C.1 Data Kasar Adiksi <i>Game Online</i>
	C.2 Data Kasar Harga Diri
	C.3 Data Kasar Regulasi Diri
Lampiran D	Penilaian Validitas
	D.1 Hasil Uji Validitas Harga Diri
	D.2 Hasil Uji Validitas Regulasi Diri
Lampiran E	E.1 Hasil Uji Reliabilitas Harga Diri
	E.2 Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Diri
Lampiran F	Data Total Skala Penelitian
Lampiran G	Uji Asumsi
	G.1 Uji Asumsi Normalitas
	G.2 Uji Asumsi Linearitas

Lampiran H	Uji Hipotesis
	H.1 Analisis Regresi Hipotesis Mayor
	H.2 Uji <i>Product Moment</i> Hipotesis Minor
Lampiran I	Kategorisasi Standar Deviasi
	I.1 Kategorisasi Standar Deviasi Adiksi <i>Game Online</i>
	I.2 Kategorisasi Standar Deviasi Harga Diri
	I.3 Kategorisasi Standar Deviasi Regulasi Diri
Lampiran J	Form A, Form B, Screening Judul Skripsi
Lampiran K	Screening Turnitin

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND SELF-REGULATION WITH ONLINE GAME ADDICTION IN ADOLESCENTS

ABSTRACT

The advancement of technology, especially in online gaming, has become an integral part of the lives of adolescents in the current digital era. Online game addiction among teenagers poses a serious problem, which can have adverse effects on mental health, academic achievement, and social relationships. This research aims to empirically determine the relationship between self-esteem and self-regulation with online gaming addiction among adolescents. The study involved 300 male/female adolescents aged 15-21 years old. Data was obtained through quota sampling techniques, and tools used to collect data included online gaming addiction scale, self-esteem scale, and self-regulation scale. The correlation coefficient of the three variables, r_{12y} , was found to be 0.201 with a significance level (p) of 0.065 ($p < 0.05$). This indicates that the main hypothesis proposed is rejected, where self-esteem ($X1$) and self-regulation ($X2$) have no relationship with online gaming addiction (Y). The analysis of self-esteem ($X1$) with online gaming addiction (Y) obtained r_{1y} of -0.198 with a significance level (p) of 0.011 ($p < 0.05$) and an effective contribution of 3.9%. This indicates a significant negative relationship between self-esteem and online gaming addiction, thus accepting the first minor hypothesis. The analysis of the self-regulation variable ($X2$) with online gaming addiction (Y) obtained r_{2y} of -0.101 with a significance level (p) of 0.122 ($p < 0.05$). This indicates no relationship between self-regulation and online gaming addiction, thus rejecting the second hypothesis proposed.

Keywords: online game addiction, self-esteem, self-regulation

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN REGULASI DIRI DENGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA REMAJA

ABSTRAK

Kemajuan teknologi, khususnya *game online*, menjadi hal yang hampir tidak dapat terpisahkan dalam kehidupan remaja di zaman digital sekarang. Adiksi *game online* pada remaja menjadi masalah serius, yang bisa berdampak buruk pada kesehatan pikiran, prestasi sekolah, dan hubungan sosial remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara harga diri dan regulasi diri dengan adiksi *game online* pada remaja. Partisipan penelitian yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 300 remaja laki-laki/perempuan yang berusia 15-21 tahun. Data diperoleh dengan teknik *quota sampling* dan alat yang digunakan untuk memperoleh data dengan menggunakan skala adiksi *game online*, skala harga diri, dan skala regulasi diri. Hasil koefisien korelasi dari ketiga variabel r_{x_1y} sebesar 0,201 dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,065 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan ditolak, dimana harga diri (X_1) dan regulasi diri (X_2) tidak ada hubungan dengan adiksi *game online* (Y). Hasil analisis harga diri (X_1) dengan adiksi *game online* (Y) diperoleh r_{x_1y} sebesar -0,198 dengan tingkat signifikansi (p) sebesar 0,011 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif 3,9%. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan adiksi *game online*, dengan demikian hipotesis minor pertama yang diajukan diterima. Hasil analisis variabel regulasi diri (X_2) dengan adiksi *game online* (Y) diperoleh r_{x_2y} sebesar -0,101 dengan tingkat signifikansi (p) sebesar 0,122 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan antara regulasi diri dengan adiksi *game online*, dengan demikian hipotesis kedua yang diajukan ditolak.

Kata kunci: adiksi *game online*, harga diri, regulasi diri