

# Tingkat Regulasi Diri Remaja Awal Terhadap *Game Online* Di SMP YAPPA Depok: Analisis Pemodelan Rasch

Tanti Ardianti<sup>1</sup>, Lucky Nindy R. Marfu'i<sup>2</sup>, & Fijriani<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Bimbingan dan Konseling, Universitas Indraprasta PGRI Jakarta

---

## ARTICLE INFO

### Article History:

Received Oct 12<sup>th</sup>, 2020  
Revised Des 20<sup>th</sup>, 2020  
Accepted Jan 26<sup>th</sup>, 2021

---

### Keywords:

Self regulation;  
Early teenagers;  
Online game

---

## ABSTRACT

The study aims to uncover and analyze how big is the level of self-regulation of early adolescent students towards online gaming addiction behavior at Yappa Junior High School Depok. The method used in this research is quantitative with a descriptive survey analysis approach regarding the ability of students to manage themselves against online game addiction. This research variable is a single variable, namely self-regulation of online games which is an independent variable (X). This self-regulation analysis is expected to be owned by every student so that they are able to control themselves in playing online games both at home or at school. The results found that the level of early adolescent self-regulation of online games is quite good.

Keywords: Self Regulation, Early Teenagers, Online Game



© 2020 The Author(s). Published by Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta, Indonesia. This is an open access article under the CC BY license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

---

## Corresponding Author:

Tanti Ardianti  
Email: [Tantiardianti09@gmail.com](mailto:Tantiardianti09@gmail.com)

---

## PENDAHULUAN

Arus globalisasi sudah semakin pesat masuk ke Indonesia, bahkan bisa dibilang sudah tidak terbandung. Perkembangan yang terjadi secara pesat dalam berbagai aspek kehidupan meliputi perkembangan teknologi yang semakin canggih, yakni pada aspek *ekonomi digital*, *big data*, dan fenomena *disruptive innovation* lainnya. Perkembangan teknologi saat ini ditunjukkan melalui berbagai aspek dalam kehidupan, salah satunya adalah penggunaan internet. Internet sudah menjadi kebutuhan mendasar kehidupan sehari-hari setiap orang. Melalui internet setiap orang bisa berhubungan dengan banyak orang melalui jejaring sosial, *browsing* berbagai data yang diperlukan termasuk berita terkini, *instan messaging*, *video streaming*, jual beli, sampai dengan bermain games secara *online*.

Namun, seiring dengan perkembangan teknologi tersebut, muncul berbagai masalah serius. Salah satunya masalah terkait *games online*. *Games online* berdasarkan pendapat Kim dkk (dalam Rahmat, 2014, 19) menurut permainan dimana beberapa orang bisa bermain dalam satu waktu melalui jaringan komunikasi (*online*) atau internet. Pada dasarnya *games online* ini diciptakan sebagai hiburan yang biasanya dalam permainan ini pemain diberi tantangan yang menarik untuk diselesaikan. Sehingga seringkali pemain memainkan *games* tersebut tanpa memperhatikan waktu untuk memperoleh kepuasan. Hal inilah yang pada akhirnya menjadi sumber masalah para pengguna *games online*.

Beberapa penelitian baik di luar negeri maupun di Indonesia telah dilakukan untuk menjelaskan fenomena tentang kecanduan internet khususnya games baik dari kategori usia maupun jenis kelamin.

Hasil penelitian menunjukkan pemain game online remaja lebih mendominasi dari pada pemain game online dewasa (Griffith, Davis, dan Darren, 2004). Hasil penelitian menunjukkan terdapat 88% pengguna internet adalah laki-laki, di mana 44% nya adalah pelajar dengan waktu bermain *game online* dengan rentang waktu 21-40 jam per minggu (Brian dan Wiemer-Hastings, 2005). Hasil tersebut juga sesuai dengan observasi yang peneliti lakukan di beberapa warnet di kota Depok, pada umumnya remaja yang bermain *games online* berstatus pelajar dan memiliki jenis kelamin laki-laki (Kusumawati, Aviani, & Molina, 2017). Fenomena inilah yang mendorong peneliti mencoba melakukan observasi awal di salah satu sekolah di kota Depok, yaitu SMP YAPPA Depok. Hasilnya ditemukan beberapa siswa yang terindikasi kecanduan *games online* dengan berbagai kriteria, diantaranya *Handphone dan games online* menjadi aktifitas dominan keseharian, adanya kecemasan dan penarikan diri saat diminta menjauhi aktifitas bermain *games online*, prestasi dan nilai yang menurun, dan sebagainya.

Pada dasarnya individu yang mengalami kecanduan *game online*, nilai akademiknya masih memenuhi ketuntasan nilai rata-rata, individu tersebut masih mampu menyelesaikan tugas-tugas dalam belajar. Dalam penyesuaian diri terhadap tugas belajar, bekal utama yang dibutuhkan oleh siswa yaitu memiliki kemampuan dalam manajemen belajar, kontrol pola belajar, dan menentukan tujuan belajar serta sumber pendukung belajar lainnya. Masalah belajar erat kaitannya dengan pengaturan diri, sehingga siswa membutuhkan pengaturan diri (*self-regulated*) dalam proses belajarnya.

Dalam sebuah penelitian yang ditulis oleh (Husna, Hidayati, & Ariati, 2014), disebutkan bahwa "regulasi diri mengarah kepada dilakukannya kontrol pada diri sendiri, terutama untuk menjaga diri tetap berada pada jalur yang sesuai dengan standar yang diharapkan" (Vohs & Baumeister, 2004). "Regulasi diri adalah proses mengoreksi diri sendiri untuk menahan diri agar tetap pada jalur tujuan yang sudah ditetapkan oleh diri sendiri" (Carver & Scheier, 2000).

Berdasarkan latarbelakang tersebut, maka kami mencoba untuk menganalisa berdasarkan data di lapangan mengenai "Tingkat Regulasi Diri Remaja Awal terhadap *Games Online*".

## METODE

### Rancangan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode analisis deskriptif melalui pendekatan kuantitatif. Pengertian deskriptif menurut Sugiyono (2013: 29) adalah metode yang digunakan dalam mendeskripsikan dan/atau memberikan gambaran pada suatu objek yang diteliti dari representasi data atau sampel yang telah terkumpul, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang bersifat umum.

### Sumber Data

Populasi dalam penelitian ini, yaitu siswa di SMP YAPPA Depok yang berjumlah 586 siswa. Populasi dalam penelitian ini termasuk dalam kategori remaja awal, sehingga dalam satu sekolah dari kelas VII-IX dapat dijadikan subyek penelitian. Akan tetapi, berdasarkan keterbatasan tenaga, waktu, dan biaya dari peneliti, maka perlu diberlakukan teknik sampling dalam membidik sampel dalam penelitian ini. Teknik sampling yang akan digunakan untuk penelitian ini adalah *simple random sampling*, di mana teknik sampling ini akan menentukan sampel secara sederhana dari keseluruhan anggota populasi secara acak tanpa memperhatikan strata dari populasi tersebut. Jika jumlah subyeknya besar perlu dipertimbangkan kemampuan, waktu, tenaga, sempit luasnya wilayah pengamatan dan resiko yang ditanggung peneliti, namun sebagai asumsi dapat diambil 10% sampai dengan 15% atau 20% sampai dengan 20% atau lebih (Arikunto, 2002: 107). Maka ditetapkan jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 10% dari jumlah populasi yaitu 59 siswa.

### Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala regulasi diri dalam menggunakan *game online*. Skala yang dibuat adalah skala Likert dengan lima alternatif jawaban, yakni SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), RR (Ragu-ragu), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Peneliti membagikan skala di tiga kelas secara periodik, satu kelas sebagai subyek uji coba skala dan pada tahap kedua peneliti menyebarkan ke subyek yang dijadikan sebagai responden penelitian dalam skala besar.

### Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan bantuan komputer aplikasi winstep dalam analisis pemodelan RASCH dengan analisis lanjutan sebagai berikut.

#### 1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan dengan tujuan melihat kecenderungan distribusi frekuensi regulasi diri responden pada responden. Tingkat pencapaian responden pada masing-masing variabel akan diketahui melalui rumus (Sudjana, 1996:50):

Sedangkan pengkategorian nilai pencapaian responden digunakan klasifikasi sebagai berikut:

$x > 101$  : Tinggi

$96 \leq 101$ : Sedang

$x < 96$  : Rendah

#### 2. Pemeriksaan Persyaratan Analisis

##### a. Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat ketepatan dalam mengukur regulasi diri dalam menggunakan *game online*. Suatu instrumen perlu diketahui daya ukurnya dalam mengungkap suatu variabel. Hal ini dimaksudkan agar hasil ukur yang didapatkan memiliki kredibilitas tinggi dalam mengukur suatu variabel.

##### b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi siswa dalam memberikan respon jawaban terhadap skala regulasi diri.

##### c. Pemeriksaan Sebaran item

Tujuan pemeriksaan sebaran aitem adalah untuk mengetahui tingkat kesulitan aitem terhadap respon yang diberikan oleh responden.

##### d. Pemeriksaan Pola Jawaban Responden

Pemeriksaan pola jawaban responden bertujuan untuk mengetahui apakah responden memberikan jawaban jujur dan mengisi skala dengan sungguh-sungguh atau tidak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Deskripsi Data

Dalam hasil penelitian ini akan disajikan mengenai analisis dan pembahasan hasil pengolahan data penelitian yang meliputi deskripsi data, pengujian validitas, pengujian reliabilitas, pemeriksaan sebaran aitem, dan pemeriksaan pola jawaban responden. Dalam menganalisis data menggunakan aplikasi *Winsteps* pada aplikasi pemodelan RASCH. Untuk menggambarkan kualitas skala dan tingkat regulasi diri dalam menggunakan *game online* pada remaja awal. Peneliti menyajikan data penelitian untuk variabel regulasi diri (X). Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT		OUTFIT		CORR.	MEASURE EXP.	EXACT MATCH OBS%	MATCH EXP%	ITEM
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD					
3	158	66	1.05	.13	1.57	3.8	1.67	4.2	.01	.37	25.8	33.0	ITEM3
28	204	66	.25	.14	1.52	2.8	1.66	3.2	.01	.35	31.8	39.5	ITEM28
22	201	66	.31	.14	1.64	3.4	1.59	3.1	.09	.36	19.7	38.2	ITEM22
15	238	66	-.69	.20	1.46	1.8	1.51	1.8	.03	.27	59.1	64.2	ITEM15
1	169	66	-.87	.13	1.44	3.0	1.45	3.0	.14	.37	33.3	35.4	ITEM1
19	187	66	-.57	.13	1.22	1.5	1.25	1.6	.02	.37	36.4	37.1	ITEM19
5	216	66	-.02	.16	1.20	1.1	1.23	1.2	.26	.34	39.4	42.4	ITEM5
8	211	66	-.10	.15	1.11	.7	1.17	.9	.24	.35	34.8	40.7	ITEM8
11	218	66	-.07	.16	1.11	.6	1.01	.1	.61	.33	42.4	43.1	ITEM11
30	232	66	-.47	.18	1.10	.5	.99	.0	.49	.30	59.1	58.6	ITEM30
14	206	66	-.21	.14	1.05	.4	1.04	.3	.38	.35	39.4	39.9	ITEM14
24	220	66	-.12	.16	.82	-.9	.99	.0	.13	.33	45.5	43.1	ITEM24
7	214	66	-.03	.15	.91	-.5	.99	.0	.32	.34	42.4	40.9	ITEM7
23	234	66	-.54	.19	.93	-.2	.94	-.2	.35	.29	66.7	60.5	ITEM23
21	210	66	-.12	.15	.91	-.5	.92	-.4	.46	.35	39.4	40.7	ITEM21
6	219	66	-.09	.16	.90	-.5	.91	-.4	.29	.33	40.9	43.1	ITEM6
13	195	66	-.42	.14	.91	-.6	.90	-.6	.36	.36	50.0	38.2	ITEM13
18	222	66	-.17	.16	.88	-.6	.91	-.4	.49	.32	47.0	44.4	ITEM18
9	201	66	-.31	.14	.88	-.7	.89	-.6	.50	.36	37.9	38.2	ITEM9
10	219	66	-.09	.16	.88	-.6	.88	-.5	.30	.33	40.9	43.1	ITEM10
17	206	66	-.21	.14	.86	-.8	.81	-.1	.39	.35	40.9	39.9	ITEM17
26	227	66	-.31	.17	.85	-.7	.85	-.6	.31	.31	53.0	52.2	ITEM26
2	215	66	-.01	.15	.79	-.1	.75	-.1	.58	.34	48.5	40.8	ITEM2
29	218	66	-.07	.16	.74	-.1	.75	-.1	.52	.33	57.6	43.1	ITEM29
27	221	66	-.14	.16	.71	-.1	.70	-.1	.43	.33	45.5	44.4	ITEM27
12	223	66	-.20	.17	.69	-.1	.66	-.1	.56	.32	59.1	46.9	ITEM12
16	234	66	-.54	.19	.68	-.5	.62	-.1	.64	.29	72.7	60.5	ITEM16
20	222	66	-.17	.16	.65	-.2	.66	-.1	.52	.32	56.1	44.4	ITEM20
4	236	66	-.61	.19	.65	-.1	.60	-.1	.62	.28	71.2	63.0	ITEM4
25	221	66	-.14	.16	.52	-.3	.52	-.2	.55	.33	63.6	44.4	ITEM25
MEAN	213.2	66.0	.00	.16	.99	.0	.99	.0			46.7	44.8	
S.D.	17.9	.0	.39	.02	.29	1.6	.31	1.7			12.8	8.2	

Gambar 1. Hasil Uji Validitas

Berdasarkan data hasil uji validitas di atas beserta deskripsi data dapat diketahui bahwa item dari skala regulasi diri dalam bermain *game online* memiliki 30 pernyataan dengan standar deviasi sebesar 17,9 dan nilai mean sebesar 213,2. Hasil uji validitas di atas dapat diinterpretasikan bahwa item pada nomor 25 adalah item paling mudah, sedangkan item nomor 3 adalah item paling sulit. Dari gambar di atas, item yang tidak valid 10 nomor, sehingga 20 nomor lainnya sudah valid.

Setelah melalui uji validitas, skala regulasi diri ini diuji reliabilitasnya dengan hasil sebagai berikut:

SUMMARY OF 66 MEASURED PERSON

	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	96.9	30.0	-.95	.24	1.03	.0	.99	-.1
S.D.	8.6	.0	.42	.03	.33	1.3	.31	1.1
MAX.	110.0	30.0	-.09	.32	1.94	2.6	1.90	2.5
MIN.	65.0	30.0	-2.25	.19	.39	-2.9	.42	-2.6
REAL RMSE	.25	TRUE SD	.33	SEPARATION	1.31	PERSON RELIABILITY	.63	
MODEL RMSE	.24	TRUE SD	.34	SEPARATION	1.45	PERSON RELIABILITY	.68	
S.E. OF PERSON MEAN = .05								

PERSON RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .98  
 CRONBACH ALPHA (KR-20) PERSON RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .73

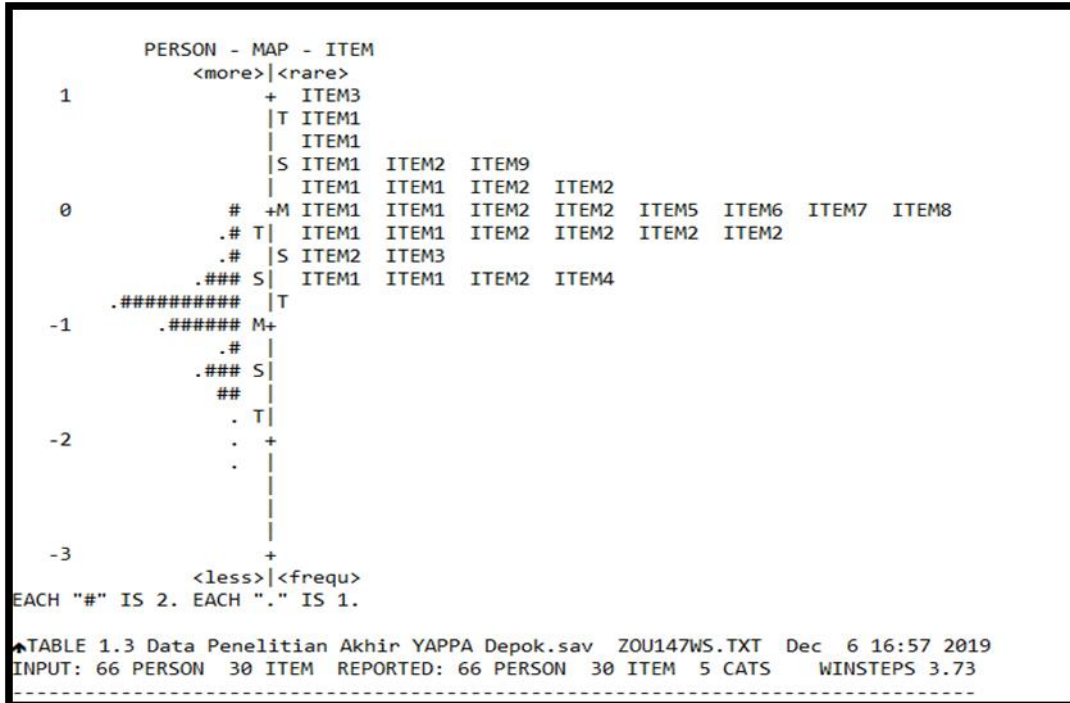
SUMMARY OF 30 MEASURED ITEM

	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	213.2	66.0	.00	.16	.99	.0	.99	.0
S.D.	17.9	.0	.39	.02	.29	1.6	.31	1.7
MAX.	238.0	66.0	1.05	.20	1.64	3.8	1.67	4.2
MIN.	158.0	66.0	-.69	.13	.52	-3.0	.52	-2.8
REAL RMSE	.17	TRUE SD	.36	SEPARATION	2.14	ITEM RELIABILITY	.82	
MODEL RMSE	.16	TRUE SD	.36	SEPARATION	2.27	ITEM RELIABILITY	.84	
S.E. OF ITEM MEAN = .07								

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000  
 ITEM RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -.99  
 1980 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 4179.91 with 1882 d.f. p=.0000

Gambar 2 Hasil Uji Reliabilitas

Berdasarkan gambar 2 terlihat hasil uji reliabilitas skala menggunakan rumus Alpha Cronbach memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,73 yaitu dalam kategori baik. Sedangkan dalam analisis pemodelan RASCH ini juga terdapat uji reliabilitas pada siswa yaitu dengan koefisien reliabilitas 0,63 dengan kategori cukup baik dan reliabilitas itemnya sebesar 0,82 dengan kategori sangat baik. Hasil penelitian ini dilanjutkan dengan pemeriksaan sebaran item yang digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3 Representasi Sebaran Item

Berdasarkan hasil analisis sebaran item di atas, maka dapat dikatakan bahwa siswa memiliki kemampuan yang sesuai dengan tingkat kesulitan skala regulasi diri dalam bermain *game online*. Hal tersebut terindikasi dari ruas kanan kiri antara tanda (#) dengan nomor item berada dalam baris yang sejajar berarti skala ini dapat digunakan dalam mengidentifikasi regulasi diri dalam bermain *game online* pada remaja awal. Setelah analisis ini, dilakukan analisa pengkategorisasian regulasi diri siswa sebagai berikut.

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		PERSON
				S.E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%		
14	110	30	-.09	.32	.81	-.4	.94	.0	.27	.24	80.0	70.1	00014P	
24	110	30	-.09	.32	.81	-.4	.94	.0	.27	.24	80.0	70.1	00024P	
2	108	30	-.28	.30	1.05	.3	.81	-.4	.53	.26	60.0	63.8	00002P	
37	108	30	-.28	.30	1.21	.7	1.13	.5	.10	.26	56.7	63.8	00037P	
55	108	30	-.28	.30	1.52	1.4	1.07	.3	.67	.26	70.0	63.8	00055P	
18	107	30	-.37	.29	.97	.0	.85	-.3	.35	.27	63.3	61.5	00018P	
49	106	30	-.45	.28	.85	-.4	.66	-1.0	.63	.28	66.7	58.6	00049P	
63	106	30	-.45	.28	1.27	.9	.99	.1	.71	.28	80.0	58.6	00063P	
17	105	30	-.52	.27	.47	-2.0	.53	-1.6	.37	.29	60.0	55.8	00017P	
28	104	30	-.59	.26	1.04	.2	1.02	.2	.37	.29	56.7	53.2	00028P	
32	104	30	-.59	.26	.53	-1.7	.57	-1.4	.41	.29	56.7	53.2	00032P	
44	104	30	-.59	.26	1.04	.2	.86	-.3	.54	.29	76.7	53.2	00044P	
62	104	30	-.59	.26	1.72	2.0	1.38	1.1	.65	.29	56.7	53.2	00062P	
35	103	30	-.66	.25	.57	-1.6	.67	-1.0	.25	.30	60.0	51.6	00035P	
46	103	30	-.66	.25	1.05	.3	.87	-.3	.66	.30	56.7	51.6	00046P	
5	102	30	-.72	.25	.90	-.2	.82	-.5	.38	.30	50.0	46.8	00005P	
20	102	30	-.72	.25	1.40	1.3	1.32	1.0	-.08	.30	56.7	46.8	00020P	
66	102	30	-.72	.25	.39	-2.6	.42	-2.3	.72	.30	70.0	46.8	00066P	
3	101	30	-.78	.24	1.30	1.0	1.14	.6	.67	.31	36.7	43.1	00003P	
34	101	30	-.78	.24	1.02	.2	1.01	.1	.34	.31	50.0	43.1	00034P	
36	101	30	-.78	.24	1.27	1.0	1.17	.6	.29	.31	26.7	43.1	00036P	
39	101	30	-.78	.24	1.31	1.1	1.56	1.7	.04	.31	43.3	43.1	00039P	
47	101	30	-.78	.24	1.39	1.3	1.14	.5	.67	.31	33.3	43.1	00047P	
50	101	30	-.78	.24	1.94	2.6	1.80	2.2	.45	.31	23.3	43.1	00050P	
29	100	30	-.84	.24	1.06	.3	1.00	.1	.20	.31	43.3	42.1	00029P	
38	100	30	-.84	.24	1.40	1.3	1.26	.9	.20	.31	40.0	42.1	00038P	
7	99	30	-.89	.23	1.14	.6	1.16	.6	.11	.32	30.0	42.3	00007P	
12	99	30	-.89	.23	1.31	1.1	1.18	.7	.06	.32	40.0	42.3	00012P	
15	99	30	-.89	.23	1.77	2.4	1.90	2.5	.00	.32	40.0	42.3	00015P	
19	99	30	-.89	.23	.75	-.9	.70	-1.0	.07	.32	53.3	42.3	00019P	
22	99	30	-.89	.23	1.31	1.1	1.18	.7	.06	.32	40.0	42.3	00022P	
25	99	30	-.89	.23	1.77	2.4	1.90	2.5	.00	.32	40.0	42.3	00025P	
52	99	30	-.89	.23	.89	-.3	.83	-.5	.65	.32	46.7	42.3	00052P	
60	99	30	-.89	.23	1.04	.3	.98	.0	.44	.32	26.7	42.3	00060P	

25	99	30	-.89	.23	1.77	2.4	1.90	2.5	.00	.32	40.0	42.3	00025P
52	99	30	-.89	.23	.89	-.3	.83	-.5	.65	.32	46.7	42.3	00052P
60	99	30	-.89	.23	1.04	.3	.98	.0	.44	.32	26.7	42.3	00060P
61	99	30	-.89	.23	.82	-.6	.91	-.2	.51	.32	50.0	42.3	00061P
64	99	30	-.89	.23	1.19	.7	1.17	.7	.41	.32	36.7	42.3	00064P
4	98	30	-.95	.23	1.19	.8	1.17	.7	.65	.32	40.0	41.5	00004P
16	98	30	-.95	.23	.80	-.7	.86	-.4	.21	.32	36.7	41.5	00016P
43	98	30	-.95	.23	.91	-.3	.82	-.6	.55	.32	40.0	41.5	00043P
9	97	30	-1.00	.23	.93	-.2	.82	-.6	.50	.33	43.3	41.6	00009P
33	97	30	-1.00	.23	.71	-1.1	.75	-.9	.14	.33	30.0	41.6	00033P
65	97	30	-1.00	.23	1.13	.6	1.06	.3	.43	.33	43.3	41.6	00065P
11	96	30	-1.05	.22	1.05	.3	.98	.0	-.01	.33	23.3	41.5	00011P
13	96	30	-1.05	.22	1.03	.2	.94	-.1	.33	.33	46.7	41.5	00013P
21	96	30	-1.05	.22	1.05	.3	.98	.0	-.01	.33	23.3	41.5	00021P
23	96	30	-1.05	.22	1.03	.2	.94	-.1	.33	.33	46.7	41.5	00023P
54	96	30	-1.05	.22	1.33	1.2	1.38	1.3	.21	.33	36.7	41.5	00054P
1	95	30	-1.10	.22	1.05	.3	.97	.0	.67	.33	43.3	40.7	00001P
48	95	30	-1.10	.22	1.20	.8	1.16	.7	.34	.33	36.7	40.7	00048P
26	94	30	-1.14	.22	1.04	.2	1.10	.4	.02	.34	43.3	39.0	00026P
27	94	30	-1.14	.22	.74	-1.1	.69	-1.2	.41	.34	50.0	39.0	00027P
40	93	30	-1.19	.21	.92	-.3	.89	-.4	-.02	.34	46.7	39.1	00040P
10	90	30	-1.32	.21	.99	.0	1.02	.2	-.01	.35	43.3	37.7	00010P
30	90	30	-1.32	.21	1.20	.9	1.19	.8	.41	.35	23.3	37.7	00030P
31	90	30	-1.32	.21	.90	-.4	.94	-.2	.08	.35	43.3	37.7	00031P
57	90	30	-1.32	.21	.45	-2.9	.50	-2.5	.37	.35	60.0	37.7	00057P
8	87	30	-1.44	.20	.70	-1.4	.71	-1.3	.16	.35	50.0	37.6	00008P
45	87	30	-1.44	.20	.52	-2.6	.52	-2.5	.37	.35	53.3	37.6	00045P
58	87	30	-1.44	.20	1.03	.2	.99	.0	.42	.35	36.7	37.6	00058P
51	85	30	-1.52	.20	.82	-.8	.85	-.7	.24	.35	50.0	37.3	00051P
59	84	30	-1.56	.20	1.51	2.2	1.49	2.0	-.11	.35	20.0	37.3	00059P
42	82	30	-1.63	.19	.58	-2.3	.57	-2.3	.17	.36	50.0	36.6	00042P
41	81	30	-1.67	.19	.86	-.7	.84	-.7	.34	.36	36.7	36.2	00041P
53	80	30	-1.71	.19	.63	-2.1	.63	-2.0	.42	.36	46.7	35.7	00053P
6	71	30	-2.03	.19	.54	-2.9	.56	-2.6	.36	.35	50.0	32.2	00006P
56	65	30	-2.25	.19	1.14	.7	1.44	2.0	-.02	.34	30.0	33.8	00056P
MEAN	96.9	30.0	-.95	.24	1.03	.0	.99	-.1			46.7	44.8	
S.D.	8.6	.0	.42	.03	.33	1.3	.31	1.1			14.2	8.6	

Berdasarkan hasil yang terlihat di atas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki nilai di bawah 96 memiliki regulasi diri rendah, sedangkan yang memiliki nilai dalam rentang antara 96-101 memiliki regulasi diri sedang, dan yang memiliki nilai 101 ke atas memiliki kategori regulasi diri tinggi. Dapat diketahui bahwa yang memiliki kategori rendah dan tinggi sama jumlahnya yaitu 24 siswa, sedangkan yang memiliki regulasi diri sedang berjumlah 18 siswa. Siswa yang memiliki regulasi diri tertinggi adalah nomor absen 14 sedangkan siswa yang memiliki regulasi diri rendah pada nomor absen 56.

Selanjutnya untuk mendukung hasil kategorisasi di atas dapat dilihat pada analisis pola jawaban responden yang digambarkan sebagai berikut.

SCALOGRAM OF RESPONSES:

PERSON	ITEM	1	1232112222	112	2112	211
		546306280574601952781478923913				
14		+3444444434442434444434444434333				00014P
24		+344444434442434444434444434333				00024P
2		+44444444443344444343332443441				00002P
37		+444344444333444334234445433244				00037P
55		+44444444443444444444432244411				00055P
18		+443444344443443434344344433143				00018P
49		+44444444444344344333333344241				00049P
63		+44444444444244444444332344311				00063P
17		+44443334343343434444443333333				00017P
28		+444442443343434443444334314423				00028P
32		+443344444433334434344433433233				00032P
44		+4444444344344444443333331344341				00044P
62		+44444344444444444443141444211				00062P
35		+34433444444323343443443433333				00035P
46		+444444444344344342343342444311				00046P
5		+444344423433433444433433243441				00005P
20		+434444344343333313313434444444				00020P
66		+443443444443433443343333322				00066P
3		+4444444443244444341243443211				00003P
34		+444443433444424433134442332433				00034P
36		+44344324433444442444422423134				00036P
39		+434143444344434413434434233343				00039P
47		+44444344434444433442341444111				00047P
50		+4444434144444444414341144412				00050P
29		+4443344443323243443443413234				00029P
38		+344444433443434434124243413244				00038P
7		+344343342344414323433444424423				00007P
12		+434432342333434343444334441144				00012P
15		+144344344334334434414434411344				00015P
19		+34334333343344344443331334				00019P
22		+434432342333434343444334441144				00022P
25		+144344344334334434414434411344				00025P
52		+44444234444434434333342244311				00052P
52		+44444234444434434333342244311				00052P
60		+43333444434443344341244443212				00060P
61		+24444444443344342343323243331				00061P
64		+444443333424442143442444344321				00064P
4		+44445344443244313343344242311				00004P
16		+334424434433334324434424324323				00016P
43		+343443444343344434342432344112				00043P
9		+444434343433343433444223412413				00009P
33		+33333444434324434422442333333				00033P
65		+443444433333441342234334444411				00065P
11		+333334323334443443444124322443				00011P
13		+434444333343343424442431313243				00013P
21		+333334323334443443444124322443				00021P
23		+434444333343343424442431313243				00023P
54		+424443233424432143442444344421				00054P
1		+444444433434344341243343241311				00001P
48		+444443332424431444223244243341				00048P
26		+444224242243334343324323433424				00026P
27		+344334343343433323433443412313				00027P
40		+433423433334232333422342443424				00040P
10		+23442343322432432333414343423				00010P
30		+443424344241424423443124423122				00030P
31		+332323424234423344433434313223				00031P
57		+44234333324433342323333233332				00057P
8		+233343343233324323334414322332				00008P
45		+433343223344242332332333243322				00045P
58		+443443333324431132242344143321				00058P
51		+43331233233343344323243143231				00051P
59		+433322442324141242224123244244				00059P
42		+43334222232322233233343233422				00042P
41		+323434433432243231232221342412				00041P
53		+42333322334421343332233132321				00053P
6		+421433223322232223232313222321				00006P
56		+432124113232331221221123132134				00056P
		-----				
		1 1232112222 112 2112 211				
		546306280574601952781478923913				

Gambar 5. Skalogram Pola Jawaban Responden

Dari gambar di atas dapat dinyatakan bahwa siswa yang diprediksi mengerjakan tidak sungguh-sungguh adalah siswa nomor 44, 62, 20, 7, 4, 64, 54, 58, 1, dan 59. Hal ini dapat dilihat dari pola jawaban yang ditunjukkan di tengah-tengah yang tidak teratur sehingga jawaban yang diberikan tidak konsisten atau dijawab tidak jujur.

## Pembahasan

Hasil pada pengujian skala regulasi diri dalam bermain *game online* memiliki kualitas yang baik dengan dibuktikan hasil uji validitas dan reliabilitas yang cukup baik sehingga skala ini dapat mengukur regulasi diri siswa dalam kategori remaja awal dengan baik pula. Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengidentifikasi tingkat regulasi diri remaja awal dalam bermain *game online*.

Regulasi diri dalam bermain *game online* perlu diukur sebab remaja awal masih belum terlalu dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan suatu hal. Regulasi diri terkait dengan kontrol diri juga, sehingga jika siswa mampu mengontrol dirinya untuk tidak bermain *game online* yang berlebihan maka ia memiliki regulasi diri yang baik. Kontrol diri pada remaja awal dapat dikatakan masih dalam kategori cukup dan belum dapat dikatakan dalam kategori baik (Sabariah, 2018).

Pernyataan tersebut juga didukung oleh hasil wawancara kepada guru BK di SMP YAPPA Depok yang juga menyatakan bahwa pengendalian diri dalam bermain *game online* di kelas VII dan VIII di sekolah tersebut ada beberapa siswa yang sering mencuri waktu istirahat untuk bermain *game online*. Hal ini didukung oleh orang tua ketika di rumah, anak diberikan keleluasaan dalam bermain *game online* berlebihan, sehingga ketika di sekolah ia merasa kebingungan jika tidak bermain *game online*. Bahkan ada salah satu siswa perempuan yang menjawab skala regulasi diri dan menyetujui pernyataan "merasa bangga saat memenangkan *game online* dari lawan mainnya dan menjadi juara".

Beberapa siswa mengisi skala dengan jujur mengakui bahwa dirinya sering bermain *game online* bersama saudara-saudaranya. Hal ini menjadi evaluasi guru BK dalam memberikan layanan informasi untuk pemanfaatan alat komunikasi berupa *handphone* lebih baik di kelas. Selain itu, guru BK perlu berkolaborasi dan menjalin kerjasama dengan orang tua dalam memberikan dukungan pada anak untuk memprioritaskan belajar dan nilai secara akademis. Guru BK wajib menghimbau orang tua untuk memperhatikan 24 siswa yang memiliki regulasi diri dalam bermain *game online* dalam kategori rendah.

Hasil identifikasi regulasi diri dikategorikan tinggi dan juga rendah memiliki persentase yang sama, sehingga perlu penelitian lebih lanjut untuk menentukan *follow up*. Tindak lanjut yang perlu diberikan yaitu konseling yang berbasis kognitif dan tingkah laku. Tindakan ini tidak cukup dilakukan satu sampai dua kali pertemuan saja, melainkan beberapa kali pertemuan hingga menghasilkan perubahan perilaku yang diwujudkan oleh 24 siswa yang memiliki regulasi diri rendah dalam bermain *game online*. Konseling ini perlu digaris-bawahi tidak dilakukan dengan paksaan, akan tetapi dengan kesepakatan yang dilakukan antara guru BK dengan siswa yang memiliki regulasi diri rendah dalam bermain *game online*.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa tingkat regulasi diri remaja awal terhadap *game online* sudah cukup baik dan sikap siswa terhadap *game online* dipengaruhi oleh seberapa besar tingkat regulasi dirinya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih, peneliti haturkan untuk SMP YAPPA Depok beserta siswa SMP kelas VIII yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini, sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar. Selanjutnya, peneliti menghaturkan terima kasih pada para reviewer yang telah memeriksa hasil dari penelitian ini sehingga penelitian ini dapat dilaporkan sesuai dengan sistematika yang diberlakukan.

## DAFTAR PUSTAKA

Adam, E., & Rollings, A. (2007). *Fundamentals of Game Design*. New Jersey: Pearson Education.



- Aziz, A. A., Masodi, M. S., & Zaharim, A. (2013). Asas Model Pengukuran Rasch; Pembentukan Skala & Struktur Pengukuran. In Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Din, R., Ahmad, M., Kamarul Zaman, M., Mohamad Sidek, N., Abdul Karim, A., Johar, N., & Ariffin, S. (2009). Kesahan dan Kebolehpercayaan Soal Selidik Gaya e-pembelajaran (eLSE) Versi 8.1 Menggunakan Model Pengukuran Rasch. *Journal of Quality Measurement and Analysis*.
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). *Regulasi Diri (Pengaturan Diri) Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan*. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*.  
<https://doi.org/10.17509/jpm.v3i1.9454>.
- Husna, A. N., Hidayati, F. N. R., & Ariati, J. (2014). Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi. *Jurnal Psikologi Undip*. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.1.50-63>.
- Kuss, D. (2013). Internet gaming addiction: current perspectives *Psychology Research and Behaviour Management* 11/2013; 6:125-137. DOI: 10.2147/PRBM.S39476.
- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 8(1), 88-99. Retrieved from  
<http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/7955>.
- Rahmat, A. (2014). Hubungan kecanduan game online dengan keterampilan sosial remaja di 4 game centre di kecamatan klojen kota malang. *Skripsi Psikologi*, 1-133. Retrieved from  
<http://etheses.uin-malang.ac.id/5993/1/08410004.pdf>.
- Sabariah. (2018). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Merokok Remaja Awal. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim : Riau
- Subrahmanyam, K., & Greenfield, P. M. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The Future of Children*, 18, 119-146. doi:10.1353/foc.0.0006.
- Thomas. (2010, Maret). Genre and game studies : Toward a critical approach to video game genres. *Simulation & Gaming*, Vol. 37.  
[http://www.academia.edu/385966/Genre\\_and\\_Game\\_Studies\\_Toward\\_a\\_Critical\\_Approach\\_to\\_Video\\_Game\\_Genres](http://www.academia.edu/385966/Genre_and_Game_Studies_Toward_a_Critical_Approach_to_Video_Game_Genres).
- Wan, C.-S., & Chiou, W.B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *CyberPsychology & Behavior*, 9, 762-766. doi:10.1089/cpb.2006.9.762.