

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN KONFORMITAS  
DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Untuk  
Memenuhi Sebagian Dari Syarat – Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana  
Psikologi**



**Oleh :**

**FARIDA MUNAWAROH**

**NPM : 1511600006**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2021**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN KONFORMITAS  
DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Untuk  
Memenuhi Sebagian Dari Syarat – Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana  
Psikologi**



**Oleh :**

**FARIDA MUNAWAROH**

**NPM : 1511600006**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
2021**

## TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

**NAMA : FARIDA MUNAWAROH**  
**NPM : 1511600006**  
**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN KONFORMITAS**  
**DENGAN KECANDUAN GAME ONLINE PADA MAHASISWA**

Surabaya, 14 Januari 2021

Menyetujui

Dosen Pembimbing I



Dra. Adnani Budi Utami, M.Si.

Dosen Pembimbing II



Karolin Rista Rumandjo S, Psi., M.Psi

## LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan diterima untuk memenuhi sebagian Syarat-syarat Guna  
memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

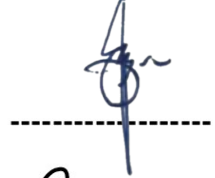
Pada Tanggal : 21 Januari 2021

Dewan penguji:

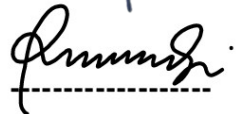
1. Drs. Herlan Pratikto, M.Si



2. Dra. Adnani Budi Utami, MS, Psikolog



3. Karolin Rista Rumandjo, S.Psi., M.Psi, Psikolog



Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan,

**Dr. Suroso, M.S, Psikolog**  
NIP.20510 87 0122



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Teriring doa, semangat dan motivasi serta airmata yang menemani penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini. Sungguh segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT. Tuhan seluruh alam. Tanpa pertolongan, barokah dan rahmat-Nya tak mungkin penulis mampu merampungkan tugas akhir ini. Tak lupa pula sholawat serta salam senantiasa tercurah keharibaan baginda Nabi besar Muhammad SAW, Sang pemilik *Syafa'atul Ughma* yang membawa kita dari dunia kegelapan menuju dunia terang benderang. Skripsi ini penulis persembahkan untuk mereka orang – orang terkasih dan tersayang yang selalu menemani penulis dalam keadaan apapun. Penulis mengucapkan beribu-ribu terimakasih kepada :

1. Ibu dan Bapak tercinta, yang senantiasa menguntai doa untuk keberhasilan penulis. Senantiasa mencurahkan seluruh cinta kasih tiada tara hingga detik ini. Sebab merekalah penulis bisa berdiri tegar dan melawan rintangan apapun dalam kehidupan.
2. Umik dan Abah yang juga menjadi bagian terpenting bagi hidup penulis.
3. Nenekku yang tersayang, yang selalu memberikan perhatian terbaiknya untuk kami sekeluarga.
4. Adikku semata wayang, yang dengan sigap selalu membantu penulis ketika dalam kesulitan dan menjadi adik terbaik satu-satunya yang penulis banggakan.
5. Tante Kartika dan Eca yang selalu memberikan suntikan semangat untuk penulis saat penulis mulai rapuh.
6. Keluarga besar Bani Ahyari dan Bani Musa yang telah mendukung dan menyemangati penulis.

Semoga kebaikan kalian semua dibalas oleh Allah SWT dengan balasan yang lebih baik. Mohon maaf atas segala kesalahan yang pernah dilakukan oleh penulis.

Salam penuh cinta,

Farida Munawaroh

## MOTTO

*“Libatkan Allah dalam setiap langkah”*

(Farida Munawaroh)

*“Sesungguhnya setelah kesulitan ada kemudahan”*

(QS. Al-Insyirah : 5-6)

*“Sebaik – baik manusia adalah yang bermanfaat  
bagi sesamanya”*

(HR. Thabrani & Daruquthni)

*“Ilmu tidak akan dapat diraih kecuali dengan ketabahan”*

(Imam Syafi'i)

*“Barang siapa yang bersungguh-sungguh, ia akan berhasil”*

(Maqolah Al-Arabiyah)

*“Salah satu tujuan pendidikan adalah mengajarkan bahwa  
hidup itu berharga”*

(Abraham H. Maslow)

*“Ketika kamu belajar, sebenarnya kamu mendapat 2 hal,  
yaitu adab dan ilmu”*

(Imanuel Ronaldo)

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
KATA PENGANTAR	x
ABSTRAK	xii
<b>BAB I</b>	
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	4
3. Tujuan Penelitian	4
4. Manfaat Penelitian	4
5. Penelitian Terdahulu	5
<b>BAB II</b>	
A. Kecanduan <i>Game Online</i>	10
1. Pengertian Kecanduan	10
2. Pengertian <i>Game Online</i>	11
3. Kecanduan <i>Game Online</i>	13
B. Regulasi Diri	17
C. Konformitas	18
D. Pengertian Mahasiswa	19
E. Kerangka Berpikir	20
F. Hipotesis	25
<b>BAB III</b>	
A. Populasi Dan Subjek Penelitian	26
B. Desain Penelitian	27
1. Jenis Penelitian	27
2. Variabel Penelitian	27
3. Definisi Operasional	27



C. Instrumen Pengumpulan Data	.....28
1. Metode Pengumpulan Data	.....28
2. Alat Ukur	.....28
3. Uji Validitas Dan Reliabilitas	.....31
D. Teknik Analisis Data	.....36
1. Uji Normalitas Sebaran	.....39
2. Uji Linieritas	.....39
3. Uji Multikolinieritas	.....40
4. Uji Heteroskedastisitas	.....41
<b>BAB IV</b>	
A. Hasil Penelitian	.....42
B. Pembahasan	.....43
<b>BAB V</b>	
A. Kesimpulan	.....48
B. Saran	.....48
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	.....50
<b>LAMPIRAN</b>	.....

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel 3.1. Distribusi Butir Skala Regulasi Diri .....	29
2. Tabel 3.2. Distribusi Butir Skala Konformitas .....	29
3. Tabel 3.3. Distribusi Butir Skala Kecanduan <i>Game Online</i> .....	30
4. Tabel 3.4. Hasil Uji Diskriminasi Skala Regulasi Diri .....	32
5. Tabel 3.5. Tabel Skala Regulasi Diri Setelah Uji Validitas .....	32
6. Tabel 3.6. Hasil Uji Diskriminasi Skala Konformitas .....	33
7. Tabel 3.7. Tabel Skala Konformitas Setelah Uji Validitas .....	33
8. Tabel 3.8. Hasil Uji Diskriminasi Skala Kecanduan <i>Game Online</i> .....	34
9. Tabel 3.9. Tabel Skala Kecanduan <i>Game Online</i> Setelah Uji Validitas .....	34
10. Tabel 3.10. Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri .....	35
11. Tabel 3.11. Hasil Uji Reliabilitas Skala Konformitas .....	35
12. Tabel 3.12. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecanduan .....	35
13. Tabel 3.13. Hasil Uji Korelasi Simultan .....	37
14. Tabel 3.14. Hasil Uji Korelasi Parsial .....	37
15. Tabel 3.15. Persamaan Garis Regresi .....	37
16. Tabel 3.16. Komponen Sumbangan Efektif .....	38
17. Tabel 3.17. Uji Normalitas .....	39
18. Tabel 3.18. Uji Linieritas .....	39
19. Tabel 3.19. Uji Linieritas .....	40
20. Tabel 3.20. Uji Multikolinieritas .....	40
21. Tabel 3.21. Uji Heteroskedastisitas .....	41
22. Tabel 4.1. Hasil Penelitian .....	42
23. Tabel 4.2. Hasil Penelitian .....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Tabel	Halaman
1. Skala	54
A. Skala I (Regulasi Diri)	54
B. Skala II (Konformitas)	56
C. Skala III (Kecanduan <i>Game Online</i> )	58
2. Butir Regulasi Diri	62
3. Uji Validitas Dan Reliabilitas	65
4. Uji Normalitas	72
5. Uji Linieritas	73
6. Butir Konformitas	76
7. Uji Validitas Dan Reliabilitas	79
8. Uji Normalitas	86
9. Uji Linieritas	92
10. Butir Kecanduan <i>Game Online</i>	93
11. Uji Validitas Dan Reliabilitas	96
12. Uji Multikolinieritas	108
13. Uji Heteroskedastisitas	110
14. Analisis Regresi Linier Berganda	114
15. Sumbangan Efektif	118

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam. Atas berkat rahmat, pertolongan dan kuasanya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul: “Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Konformitas Dengan Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa” guna memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh derajat Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Pada tulisan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih dan apresiasi setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Dr. Mulyanto Nugroho, MM. CMA. CPAI selaku rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Suroso, MS., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya.
3. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi UNTAG Surabaya.
4. Ibu Dra. Adnani Budi Utami, M.Si, selaku pembimbing I yang memberikan bimbingan dan pembelajaran kepada penulis.
5. Kakak Karolin Rista Rumandjo, S.Psi, M.Psi, selaku dosen pembimbing II yang dengan sabar membimbing dan membantu penulis hingga penulis bisa menyelesaikan penelitian ini dan mengikuti sidang.
6. Ibu Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes, selaku dosen wali yang selama ini tidak hanya memberikan pendidikan namun memberikan kasih sayangnya, semangat, bantuan baik materiil maupun moril dan menjadi orangtua bagi penulis selama penulis berada di lingkungan kampus.
7. Ayah, Ibu, Adik dan seluruh keluarga besar peneliti yang selalu mendukung dan memotivasi peneliti serta menjadi tempat pulang ternyaman untuk peneliti.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Untag Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis menempuh pendidikan.
9. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Untag Surabaya yang telah membantu peneliti menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman – teman responden yang bersedia menjadi subjek penelitian.
11. Teman-teman dan sahabat yang telah membantu peneliti saat peneliti dalam kesulitan
12. Teman – teman Fakultas Psikologi Untag Surabaya angkatan 2016 yang telah menjadi teman diskusi dan berbagi keluh kesah .

13. Keluarga besar Fakultas Psikologi Untag Surabaya.

14. Semua pihak di belakang layar yang turut andil dalam proses penyelesaian skripsi ini yang mungkin tidak bisa penulis sebut satu – persatu.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap melalui skripsi ini penulis dapat berbagi ilmu dengan para pembaca. Akhir kata semoga karya ini bisa bermanfaat untuk orang banyak dan bisa memberikan kontribusi pada dunia pendidikan khususnya bidang Psikologi. Terima kasih.

Surabaya, Januari 2021

Penulis,

# HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN KONFORMITAS DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA

Farida Munawaroh

Fakultas psikologi

Universitas 17 agustus 1945 surabaya

[faridaalmunir@gmail.com](mailto:faridaalmunir@gmail.com)

## Abstrak

Fenomena kecanduan *game online* semakin marak terjadi di kalangan remaja, khususnya mahasiswa. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 50 subjek mengaku mengalami kecanduan *game online*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan konformitas dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari regulasi diri (X1), konformitas (X2) dan kecanduan *game online* (Y). Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 44 orang mahasiswa psikologi UNTAG Surabaya angkatan 2016 yang mempunyai kebiasaan bermain *game online* dengan durasi minimal 6 jam atau sebanyak 5 kali sehari atau lebih. Data penelitian ini diperoleh dengan teknik *purposive sampling* yaitu memberikan kuisioner secara langsung kepada subjek yang dituju dan memenuhi kriteria. Teknik analisis menggunakan *Uji Analisis Regresi Linier Berganda* dengan bantuan *Statistical Package for the Social Science (SPSS) versi 20.0 for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa, dimana nilai  $t = -4,570$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,00 < 0,05$  yang artinya hipotesis diterima. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa, dengan nilai  $t = 3,470$  dan signifikansi  $p = 0,01 < 0,05$  artinya hipotesis diterima. Total sumbangan efektif ( $R^2$ ) seluruh variabel X terhadap variabel Y = 0,502, dengan sebaran  $F = 20,683$  dan signifikansi  $p = 0,00 < 0,05$  maka signifikan dan hipotesis diterima.

**Kata kunci** : *game online*, regulasi diri, konformitas

### **Abstract**

*The phenomenon of online game addiction is increasingly happening among teenagers, especially college students. Based on a preliminary study conducted by researchers on 50 subjects claiming to experience online game addiction. This study aims to determine the relationship between self-regulation and conformity with online game addiction in college students. The variables in this study consisted of self-regulation (X1), conformity (X2) and online game addiction (Y). The method used in this research is quantitative research. Participants in this study amounted to 44 students of 2016 UNTAG Surabaya psychology who have a habit of playing online games with a minimum duration of 6 hours or 5 times a day or more. The research data were obtained by using purposive sampling technique, which is giving questionnaires directly to the target subject and fulfilling the criteria. The analysis technique uses the Multiple Linear Regression Analysis Test with the help of the Statistical Package for the Social Science (SPSS) version 20.0 for windows. The results of this study indicate that there is a significant negative relationship between self-regulation and online game addiction in students, where the value of  $t = - 4.570$  with a significance value of  $p = 0.00 < 0.05$ , which means that the hypothesis is accepted. The results also showed that there was a significant positive relationship between conformity and online game addiction among students, with a value of  $t = 3,470$  and a significance of  $p = 0.01 < 0.05$ , meaning that the hypothesis was accepted. The total effective contribution ( $R^2$ ) of all variables X to variable Y = 0.502, with a distribution of  $F = 20.683$  and a significance of  $p = 0.00 < 0.05$ , it is significant and the hypothesis is accepted.*

**Keywords:** *online games, self-regulation, conformity*