

**PENGARUH *SELF CONTROL* TERHADAP *ADIKSI GAME ONLINE* PADA
PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 PULAU BESAR**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana (S.Psi)

Oleh :

FABBIO FERNANDO

2124061

Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIHK ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kac. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173
E-mail: humas@iainabdobel.ac.id
Website: www.iainabdobel.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : B.083/FD/PP.00.9/09/2025

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Fabbio Fernando
NIM : 2124061
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Control* Terhadap Adiksi *Game Online* Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Pulau Besar

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 14%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 15 September 2025
Dekan


Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.
NIP. 196601051997031001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fabbio Fernando
NIM : 2124061
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Self Control Terhadap Adiksi Game Online* Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Pulau Besar.” Ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan didalam naskah skripsi ini.

Bangka, 19 Juni 2025

yang menyatakan



Fabbio Fernando

NIM. 2124061

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Saudara/i Fabbio Fernando

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Dibangka

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, Bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Fabbio Fernando

NIM : 2124061

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Pengaruh *Self Control* Terhadap *Adiksi Game Online* Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Pulau Besar

Telah dapat diajukan kepada Jurusan Psikologi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan Kami, Semoga dalam waktu dekat Skripsi ini dapat dimunaqasyahkan. Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terimakasih.
Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. Zaprulkan, M.S.I

NIP. 197402132009011005

Bangka, 19 Juni 2025

Pembimbing II



Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog

NIP. 198611052022032001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA INSTITUT
AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG FAKULTAS
DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jalan Raya Petaling KM 13 Desa Petaling Kecamatan Mendo Barat Kabupaten Bangka, Provinsi Kepulauan
Bangka Belitung 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi

Saudara Fabbio Fernando

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Di Bangka

Assalamu 'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Penguji berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Fabbio Fernando

NIM : 2124061

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Pengaruh *Self-Control* Terhadap *Adiksi Game Online* Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Pulau Besar

Telah dapat diajukan kepada program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bangka, 10 September 2025

Konsultan I

Sekar Putri, M.A.

NIP.199209102019032033

Konsultan II

Yandi Hafizallah, M.A

NIP. 199202292022031003



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-445/FD/09/2025

Skripsi dengan judul: Pengaruh *Self Control* Terhadap Adiksi *Game Online* Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Pulau Besar

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Fabbio Fernando
N I M : 2124061
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 13 Agustus 2025 dengan nilai **A (88,35)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,

Dr. Zaprul Khan, M.S.I
NIP. 197402312009011005

Pembimbing II,

Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog
NIP. 198611052022032001

Penguji I,

Sekar Putri, M.A
NIP. 199209102019032033

Penguji II,

Yandi Hafizallah, M.A
NIP. 199202292022031003

Ketua Panitia

Bohhori, M.Pd.I
NIP. 198912202025211002

Bangka, 15 September 2025


Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.
NIP. 196601051997031001

HALAMAN MOTTO

Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan.

(Q.S Al-Insyirah : 6)

Raihlah ilmu. Dan untuk meraih ilmu, belajarlh untuk tenang dan sabar.

(Umar bin Khattab)

Mabar boleh aja, Tapi ibadah jangan lupa.

(Habib Husein Ja'far Al-Hadar)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji Syukur dipersembahkan kepada Allah SWT, yang selalu memberikan kemudahan dan jalan yang terbaik untuk hamba-Nya ini. Alhamdulillah atas pertolongan dan karunia-Nya yang telah memberikan nikmat sehat, nikmat akal, nikmat rizki dan selalu memberikan hamba-nya kesempatan dalam mencari ilmu hingga detik ini, atas ridho dari Allah SWT penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan **judul Pengaruh Self Control Terhadap Adiksi Game Online Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Pulau Besar**. Dengan ini saya persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang sangat saya sayangi, cintai dan saya banggakan.

Untuk kedua orang tua tercinta Ayah (Jumwanti) dan ibu (Sukmawati) dan adik saya (Suci Cahya Rahmadhani) terimakasih telah memberikan dukungan moral maupun materi serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tidak ada kata seindah lantunan doa yang telah diberikan. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan kalian, terimakasih selalu memberikan yang terbaik kepada anak-anaknya, semoga selalu diberikan kesehatan dan umur yang panjang.

Kepada Almameter tercinta IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang menjadi tempat mengenyam pendidikan dan tempat menuntut ilmu dan terimakasih atas pengalaman berharganya.

Teruntuk diri sendiri yang selama pengerjaan skripsi telah melalui berbagai rintangan, terimakasih sudah konsisten untuk berani memulai dan menyelesaikan sampai akhir.

PENGARUH *SELF CONTROL* TERHADAP *ADIKSI GAME ONLINE* PADA PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 PULAU BESAR

Fabbio Fernando

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam (PI)

IAIN Syaiikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

Abstrak

Adiksi game online dapat diartikan sebagai penggunaan computer atau *smartphone* secara berlebihan dan terus menerus yang akan menimbulkan munculnya permasalahan pada aspek sosial. *adiksi game online* merupakan menggunakan *game online* secara berlebihan atau kompulsif, terus menerus, yang kemudian mengisolasi diri dari kehidupan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk mencari seberapa besar pengaruh *self control* dalam mengatasi *adiksi game online* pada peserta didik dan apakah terdapat pengaruh antara *self control* terhadap *adiksi game online*. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian yang berbasis kuantitatif. Sampel berjumlah 44 peserta didik yang dipilih melalui *purposive sampling* dengan mengkategorikan peserta didik yang memiliki perilaku *adiksi game online*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket untuk mengukur perilaku *adiksi game online* peserta didik. Setelah memperoleh data, data dianalisis menggunakan uji normalitas dengan menggunakan SPSS versi 26. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dari data penelitian diperoleh hasil nilai $\text{sig } 0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak. Jadi terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self control* terhadap peserta didik yang memiliki *adiksi game online*.

Kata Kunci: *Self Control, Adiksi Game Online, Peserta Didik*

KATA PENGANTAR

Alahamdulillahirabbil`alamin, Puji dan Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Self Control Terhadap Adiksi Game Online Pada Siswa SMA Negeri 1 Pulau Besar” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Selama proses penyusunan skripsi ini, Penulis mendapatkan dukungan, bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, S.Ag., M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Bapak Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, beserta para staf.
3. Bapak Dr. Iqram Faldiansyah, M.A selaku Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
4. Bapak Oktarizal Drianus, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaih Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
5. Bapak Zulkarnain, M.A selaku Penasehat Akademik.
6. Bapak Dr. Zaprulkan, M.S.I selaku pembimbing Skripsi I.

7. Ibu Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog, Selaku Pembimbing Skripsi II .
8. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Kepada Sekolah, Kepala Sekolah Harta Lubis S.pd dan bapak Eko Susanto S,pd, Staf TU dan para Guru SMA Negeri 1 Pulau Besar.
10. Teruntuk panutanku dan cinta pertamaku, Ayahanda Jumwanti dan Ibunda Sukmawati. Terimakasih atas segala dan pengorbanan dan tulus kasih sayang yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senan tiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakam serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana, semoga ayah dan ibu sehat selalu, panjang umur dan bahagia selalu,
11. Kepada, Sinta Sulastri S.pd terimakasih telah berkontribusi dalam menyelesaikan skripsi ini dan selalu menjadi support system penulis pada hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi.
12. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih telah banyak membantu penyelesaian skripsi ini.

DAFTAR ISI

COVER

HALAMAN PERNYATAAN	i
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	ii
NOTA DINAS KONSULTASI	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR PUSTAKA	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
ABSTRAK.....	xii

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Telaah Pustaka	9
F. Sistematika Penulisan	13

BAB II LANDASAN TEORI..... 15

A. *Adiksi Game Online*

1. Pengertian <i>Adiksi Game Online</i>	15
2. Aspek <i>Adiksi Game Online</i>	17
3. Faktor Penyebab <i>Adiksi Game Online</i>	18
4. Ciri-Ciri <i>Adiksi Game Online</i>	21

B. *Self Control*..... 22

a. Pengertian <i>Self Control</i>	22
---	----

b. Aspek <i>Self Control</i>	24
c. Faktor-Faktor <i>Self Control</i>	26
d. Ciri-Ciri <i>Self Control</i>	27
e. Jenis-Jenis <i>Self Control</i>	28
f. Fungsi <i>Self Control</i>	28
C. <i>Self control</i> terhadap <i>adiksi game online</i>	29
D. Hipotesis Penelitian	33
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	34
A. Metode dan Jenis Penelitian	34
B. Sumber Data	34
C. Populasi Dan Sampel	35
D. Variabel Penelitian	40
E. Definisi Operasional Variabel	40
F. Lokasi dan Waktu Penelitian	42
G. Teknik Pengumpulan Data	43
H. Uji Coba Instrumen	46
I. Teknik Analisis Data	52
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	57
A. Hasil Penelitian	57
1. Uji Prasyarat analisis	62
2. Uji Hipotesis	64
B. Pembahasan Hasil Penelitian	66
 BAB V PENUTUP	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	73

DAFTAR PUSTAKA.....	76
----------------------------	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Penilaian Uji Validitas Berdasarkan Konten Alat Ukur melalui <i>Expert Judgement</i>	
Lampiran II Data Blueprint Skala Kusiner	
Lampiran III Pedoman Angket Dan Angket Uji Coba	
Lampiran IV Inform Sampel Penelitian	
Lampiran V Daftar Ceklist Dokumen	
Lampiran VI Hasil Uji Validitas dan Reabilitas	
Lampiran VII Pedoman Angket dan Angket Penelitian	
Lampiran VIII Hasil Uji SPSS	
Lampiran IX Surat Izin Penelitian Skripsi	
Lampiran X Surat Balasan Penelitian Skripsi	
Lampiran XI Dokumentasi	

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Daftar Populasi Penelitian	36
Tabel III.2 Sampel Penelitian	39
Tabel III.3 Alat Ukur Skala Likert	43
Tabel III.4 Skala Likert	44
Tabel III.5 Hasil Uji Validitas Skala <i>Game Online</i>	47
Tabel III.6 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Control</i>	48
Tabel III.7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Adiksi Game Online</i>	50
Tabel III.8 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Control</i>	50
Tabel IV.1 Nama-Nama Guru SMA Negeri 1 Pulau Besar	58
Tabel IV.2 Hasil Uji Normalitas	61
Tabel IV.3 Koefisien Korelasi	62
Tabel IV.4 Hasil Perhitungan Anova Uji F	63
Tabel IV.5 Hasil Uji Hipotesis	64

