

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* DAN *SELF REGULATION* DENGAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MTS NU 01 GRINGSING BATANG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
dalam Ilmu Psikologi



**Oleh:**

**NAMA : ALFIN MAULANA RIZQI**

**NIM : 1707016060**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

**SEMARANG**

**2021**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Alfin Maulana Rizqi  
NIM : 1707016060  
Fakultas/jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* dan *Self Regulation* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo pada tanggal 22 Desember 2021 dan diterima sebagai tanda terselesaikannya studi Program Sarjana Strata 1 guna memperoleh gelar sarjana Psikologi.

Semarang, 22 Desember 2021

DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP. 197711022006042004



Sekretaris Sidang

Lainatul Mudzkivvah, M. Psi., Psikolog  
NIP. -

Penguji I

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog  
NIP: 198512022019032010

Penguji II

Nadva Arivani H. N., M.Psi., Psikolog  
NIP. 199201172019032019

Pembimbing I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP. 197711022006042004

Pembimbing II

Lainatul Mudzkivvah, M. Psi., Psikolog  
NIP. -

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Alfin Maulana Rizqi

NIM : 1707016060

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* DAN *SELF REGULATION* DENGAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MTS NU 01 GRINGSING BATANG**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri,  
kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 17 November 2021

Pembuat Pernyataan



**Alfin Maulana Rizqi**

NIM: 1707016060



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu 'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* DAN *SELF REGULATION* DENGAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MTS NU 01 GRINGSING BATANG

Nama : ALFIN MAULANA RIZQI

NIM : 1707016060

Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu 'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP: 19771102 200604 2004

Semarang, 02 Desember 2021  
Yang bersangkutan

Alfin Maulana Rizqi  
NIM: 1707016060



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsidengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE* DAN *SELF REGULATION* DENGAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MTS NU 01 GRINGSING BATANG

Nama : ALFIN MAULANA RIZQI

NIM : 1707016060

Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

Lainatul Mudzkiyyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP:

Semarang, 02 Desember 2021  
Yang bersangkutan

Alfin Maulana Rizqi  
NIM : 1707016060

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kita panjatkan kepada Allah SWT. Tuhan semesta alam yang senantiasa telah memberikan segala rahmat dan karunianya kepada kita. Solawat serta salam haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Semoga kita mendapat syafaatnya kelak di hari akhir. Amin.

Alhamdulillah, teriring rasa syukur atas limpahan kasih sayang Allah SWT. dengan dukungan berbagai pihak, penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Walaupun jauh dari kata sempurna, namun penulis berusaha semaksimal mungkin agar skripsi menjadi skripsi yang baik sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat terakhir dalam menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Untuk itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan sebesar-besarnya untuk:

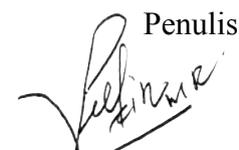
1. Allah SWT atas limpahan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Rektor UIN Walisongo Semarang yakni Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag.
3. Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yakni Bapak Prof. Dr. H. Syamsul Ma'arif, M. Ag.
4. Kepala Jurusan dan Sekertaris Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisong Semarang yakni ibu Hj. Wening Wihartati, S. Psi., M. Si. serta ibu Dr.Hj. Ni'mah.Rochmawati, M. Si.
5. Pembimbing I sekaligus dosen wali yakni IbuHj. Wening Wihartati, S. Psi., M. Si. yang tidak pernah berhenti memberikan motivasi, dukungan, serta bimbingan selama menempuh perkuliahan hingga akhir pendidikan di UIN Walisongo Semarang.
6. Pembimbing II Ibu Lainatul Mudzkiyyah, S. Psi., M. Psi., Psikolog. yang telah sabar memberikan bimbingan sepenuh hati, motivasi tanpa henti hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh dosen, pegawai, maupun civitas akademika yang telah memberikan ilmunya baik dalam ilmu psikologi maupun ilmu kehidupan lainnya.
8. Kedua orang tua penulis yang tidak henti-hentinya memberikan doa, semangat, dukungan baik lahir maupun batin yaitu Bapak Ali Ridlo dan Ibu Mudawamah. Tidak ada kata yang cukup sebanding di dunia ini yang dapat diucapkan sebagai rasa terima kasih atas kasih sayang kepada anak-anaknya sehingga mampu kuat berdiri sampai titik saat ini. dan tidak lupa pada kakak tercinta Ali Rizal Milchun Naim, S.E. dan Sri

Wahyuni, S.E.I yang telah memberikan segenap dukungan dalam berbagai aspek kehidupan.

9. Pengasuh serta Ustadz Pondok Pesantren Uswatun Hasanah khusus kepada *Romo K. H. Asikin Husnan, S. Ag., Romo K. H. Tohir Khusnan, Romo Gus Misbahul Munir, Romo K. Imron Dimiyati, Romo K. H. Mustaqim Husnan (alm) dan Romo K. Subhi (alm)* yang telah memberikan ilmu dan barokahnya dalam proses belajar mendekati diri kepada Allah SWT.
10. Keluarga besar KSR PMI UNIT UIN Walisongo Semarang kepada teman-teman yang berproses bareng angkatan 2017 dari mulai PAB sampai Musta khususnya anak-anak Pengpen dari generasi Bid Faza sampai generasi Bid Alfin. Dan juga khusus kepada Pak Wo yang telah memberikan kuliah kehidupan kampus alam, terimakasih atas ilmu dan motivasinya.
11. Kepada keluarga besar MTs NU 01 Gringsing yang telah memberi izin penulis untuk melakukan penelitian. Kepala madrasah, guru, dan staf yang telah memberikan dukungan hingga penelitian ini dapat sukses.
12. Teman-teman yang selalu memberikan dukungan. Kelompok *The One* (Hasan, Alvan, Mar'i dan Alfina), Burhan, Faqih, Garda, Kang Mus, Huda sipit, Kismun, Mella, Ndan Mia, Aida, teman-teman seangkatan 2017 khususnya Psikologi B, dan teman-teman lainnya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih telah memberi warna dalam kehidupan penulis.
13. Tim KKL Himpaudi dan RSJ Amino Gondohutomo, Feb, Nopik, Ratna, Aulia, Diah, dan lainnya.
14. Tim KKN-DR Kelompok 98 terima kasih atas doa dan semangatnya.

Akhir kata, penulis tidak dapat memberikan balasan apa-apa selain ucapan terima kasih dan doa yang penulis panjatkan kepada Allah SWT. semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan bagi penulis khususnya.

Semarang, 17 November 2021

Penulis  


**Alfin Maulana Rizqi**

NIM: 1707016060

## **MOTTO**

*Tidak apa terjatuh tidak apa terpuruk namun jangan sampai kita menyerah, karena Allah SWT selalu bersama kita.*

***-Alfin Maulana Rizqi-***

## DAFTAR ISI

|  |           |
|--|-----------|
| HALAMAN JUDUL .....  | 1         |
| PERNYATAAN KEASLIAN .....                                    | 3         |
| KATA PENGANTAR .....   | 2         |
| MOTTO .....  | 8         |
| DAFTAR ISI.....  | 9         |
| DAFTAR TABEL.....  | 12        |
| DAFTAR GAMBAR .....  | 13        |
| DAFTAR LAMPIRAN.....   | 14        |
| ABSTRAK.....   | 15        |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                | <b>16</b> |
| A. Latar Belakang.....                                       | 16        |
| B. Rumusan Permasalahan .....                                | 21        |
| C. Tujuan Penelitian .....                                   | 21        |
| D. Manfaat Penelitian .....                                  | 22        |
| E. Keaslian Penelitian.....                                  | 22        |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>                           | <b>25</b> |
| A. Motivasi Belajar.....                                     | 25        |
| 1. Definisi Motivasi Belajar .....                           | 25        |
| 2. Aspek-Aspek Motivasi Belajar .....                        | 27        |
| 3. Faktor-Faktor Motivasi Belajar.....                       | 29        |
| 4. Motivasi Belajar dalam Perspektif Islam .....             | 32        |
| B. Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....               | 34        |
| 1. Definisi Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....      | 34        |
| 2. Aspek-Aspek Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....   | 36        |
| 3. Faktor-faktor Intensitas Bermain <i>Game online</i> ..... | 37        |
| 4. Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Dalam Islam.....    | 40        |
| 5. Dampak Bermain <i>Game Online</i> .....                   | 40        |
| C. <i>Self Regulation</i> .....                              | 42        |
| 1. Definisi <i>Self Regulation</i> .....                     | 42        |
| 2. Aspek-Aspek <i>Self Regulation</i> .....                  | 43        |
| 3. Faktor-Faktor <i>Self Regulation</i> .....                | 45        |
| 4. <i>Self Regulation</i> Dalam Islam.....                   | 47        |

|  |   |                                     |
|--|---|-------------------------------------|
| D.   | Hubungan Variabel X dan Y.....  | 48                                  |
| 1.   | Hubungan Antara Intensitas Bermain <i>Game Onlinedan Self regulation</i> Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang ..... | 48                                  |
| 2.   | Kerangka Berpikir .....   | 49                                  |
| E.   | Hipotesis .....   | 50                                  |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b> |   | <b>51</b>                           |
| A.   | Jenis dan Pendekatan Penelitian .....   | 51                                  |
| B.   | Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....   | 51                                  |
| 1.   | Variabel Penelitian .....   | 51                                  |
| 2.   | Definisi Operasional.....   | 51                                  |
| C.   | Tempat dan Waktu Penelitian.....  | 52                                  |
| 1.   | Tempat Penelitian.....  | 53                                  |
| 2.   | Waktu Penelitian .....  | 53                                  |
| D.   | Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....   | 53                                  |
| 1.   | Populasi .....  | 53                                  |
| 2.   | Sampel.....   | 53                                  |
| 3.   | Teknik Sampling .....   | 54                                  |
| F.   | Teknik Pengumpulan Data.....  | 55                                  |
| G.   | Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....  | 59                                  |
| 1.   | Validitas .....   | 59                                  |
| 2.   | Reliabilitas.....   | 60                                  |
| 3.   | Reliabilitas.....   | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| H.   | Hasil Uji Coba Alat Ukur .....  | 60                                  |
| 1.   | Validitas Alat Ukur .....   | 60                                  |
| 2.   | Reliabilitas Alat Ukur.....   | 63                                  |
| I.   | Teknik Analisis Data.....   | 64                                  |
| 1.   | Uji Normalitas .....  | 64                                  |
| 2.   | Uji Linieritas .....  | 65                                  |
| 3.   | Uji Hipotesis.....  | 65                                  |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>   |   | <b>67</b>                           |
| A.   | Hasil Penelitian .....  | 67                                  |
| 1.   | Deskripsi Tempat Penelitian .....   | 67                                  |
| 2.   | Deskripsi Subjek .....  | 67                                  |
| 3.   | Kategorisasi Variabel Penelitian .....  | 69                                  |

|                             |                                     |
|-----------------------------|-------------------------------------|
| B. Hasil Uji Asumsi.....    | 73                                  |
| 1. Uji Normalitas.....      | 73                                  |
| 2. Uji Linearitas.....      | 73                                  |
| 3. Hasil Analisis Data..... | 75                                  |
| C. Pembahasan.....          | 77                                  |
| <b>BAB VPENUTUP.....</b>    | <b>81</b>                           |
| A. Kesimpulan.....          | 81                                  |
| B. Saran.....               | 81                                  |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>  | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>        | <b>91</b>                           |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 1Jumlah Siswa MTs NU 01 Gringsing.....  | 53 |
| Tabel 2Rentang Pengukuran Sikap Favourable.....   | 55 |
| Tabel 3 <i>Blue Print</i> Pengukuran Motivasi Belajar .....   | 56 |
| Tabel 4 <i>Blue Print</i> Pengukuran Intensitas Bemain <i>Game Online</i> .....   | 57 |
| Tabel 5Blue Print Pengukuran Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....  | 57 |
| Tabel 6Blue Print <i>Self Regulation</i> .....  | 58 |
| Tabel 7 <i>Blue Print</i> Skala Setelah Dilakukan <i>Try Out</i> Motivasi Belajar .....                                       | 60 |
| Tabel 8Perubahan Nomor Aitem Pada Skala Motivasi Belajar.....   | 61 |
| Tabel 9 <i>Blue Print</i> Skala Setelah Dilakukan <i>Try Out</i> Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....                  | 61 |
| Tabel 10Perubahan Nomor Aitem Pada Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....  | 62 |
| Tabel 11Blue Print Skala Setelah Dilakukan <i>Try Out</i> <i>Self Regulation</i> .....  | 63 |
| Tabel 12Perubahan Nomor Aitem Pada Skala <i>Self Regulation</i> .....   | 63 |
| Tabel 13Reliabilitas Skala Motivasi Belajar.....  | 63 |
| Tabel 14Reliabilitas Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....  | 63 |
| Tabel 15Reliabilitas Skala <i>Self Regulation</i> .....   | 64 |
| Tabel 16Interval koefisien korelasi.....  | 65 |
| Tabel 17Deskripsi Data Variabel Penelitian.....   | 70 |
| Tabel 18Kategorisasi Variabel Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....   | 70 |
| Tabel 19Tabel Distribusi Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .....  | 71 |
| Tabel 20Kategorisasi Variabel <i>Self Regulatin</i> .....   | 71 |
| Tabel 21Tabel Distribusi Variabel <i>Self Regulation</i> .....  | 71 |
| Tabel 22Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar.....   | 72 |
| Tabel 23Tabel Distribusi Variabel Motivasi Belajar.....   | 72 |
| Tabel 24Tabel Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorof-Smirnov</i> .....  | 73 |
| Tabel 25Hasil Uji Linearitas Variabel Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Dengan Variabel<br>Motivasi Belajar .....         | 74 |
| Tabel 26Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Self Regulation</i> Dengan Variabel Motivasi Belajar....                             | 74 |
| Tabel 27Hasil Uji Hipotesis Intensitas Bermain <i>Game Online</i> dengan Motivasi Belajar.....                                | 75 |
| Tabel 28Hasil Uji Hipotesis <i>self regulation</i> dengan Motivasi Belajar .....  | 76 |
| Tabel 29Hasil Uji Hipotesis Intensitas Bermain <i>Game Online</i> dan <i>Self Regulation</i> Dengan<br>Motivasi Belajar ..... | 77 |

## DAFTAR GAMBAR

|          |   |    |
|----------|---|----|
| Gambar 1 | Grafik indeks pendidikan tahun 2009 – 2018 di Indonesia .....             | 17 |
| Gambar 2 | Intensitas bermain <i>game online</i> di berbagai negara tahun 2020 ..... | 19 |
| Gambar 3 | Kerangka Berpikir.....  | 50 |
| Gambar 4 | Gambar Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....                  | 68 |
| Gambar 5 | Gambar Persentase Subjek Berdasarkan Usia .....                           | 68 |
| Gambar 6 | Gambar Persentase Subjek Berdasarkan Kelas.....                           | 69 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |     |
|--|-----|
| Lampiran 1 <i>Blue Print</i> .....                         | 91  |
| Lampiran 2 Skala Penelitian .....                          | 104 |
| Lampiran 3 Hasil Uji Coba Validitas Dan Reliabilitas ..... | 110 |
| Lampiran 4 Deskriptif Data .....                           | 120 |
| Lampiran 5 Uji Normalitas .....                            | 123 |
| Lampiran 6 Uji Linearitas .....                            | 123 |
| Lampiran 7 Uji Hipotesis .....                             | 124 |
| Lampiran 8 Surat Keterangan Penelitian .....               | 126 |
| Lampiran 9 Surat Ijin Penelitian .....                     | 127 |
| Lampiran 10 Riwayat Hidup .....                            | 128 |

# THE CORRELATION BETWEEN THE INTENSITY OF PLAYING ONLINE GAMES AND SELF REGULATION OF STUDENTS AT MTS NU 01 GRINGSING BATANG

## Abstract

**Abstract** : Social development in adolescence is dominated by the influence of peers in creating social groups and the need for love or belonging which will cause these adolescents to follow what their peers are doing, especially online games. The rise of online games has a significant impact on the world of education, especially during this pandemic which increases the intensity of the use of gadgets by students and also the online learning process itself which prioritizes independence depending on student self regulation to achieve learning goals. This study wanted to empirically examine the relationship between online game intensity and student self regulation at MTs NU 01 Gringsing Batang. The hypothesis proposed in this study was that there is a relationship between the intensity of playing online games and self-regulation with students' learning motivation at MTs NU 01 Gringsing Batang. The sample in this study was 148 students of MTs NU 01 Gringsing. The measuring instrument of this study used three scales; the intensity scale of playing online games, the self regulation scale, and the learning motivation scale. This study used a quantitative approach. The data analysis method used multiple linear correlation, descriptive analysis, classical assumption test, and hypothesis testing. The results of this study indicated that the significance value of  $p$  is 0.000 and the correlation coefficient is 0.751, which means that there is a relationship between the intensity of playing online games and selfregulation with the learning motivation of MTs NU 01 Gringsing students.

**Keywords** :intensity of playing online games, self-regulation, and learning motivation

**Abstrak** : Perkembangan sosial pada usia remaja didominasi oleh pengaruh teman sebaya dengan pembuatan kelompok sosial dan juga dominasi dari kebutuhan cinta dan rasa akan memiliki menyebabkan remaja mengikuti apa yang dilakukan oleh teman sebayanya khususnya *game online*. Menjamurnya *game online* memberikan dampak signifikan bagi dunia pendidikan, terlebih di masa pandemi seperti ini yang menjadikan siswa memiliki intensitas penggunaan *gadget* yang lebih tinggi dan juga proses pembelajaran daring yang mengutamakan kemandirian bergantung pada *self regulation* siswa untuk mencapai tujuan dari pembelajaran. Sehingga penelitian ini ingin menguji secara empiris hubungan intensitas bermain *game online* dan *sel regulation* siswa MTs NU 01 Gringsing Batang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang. Adapun sampel penelitian ini berjumlah 148 siswa MTs NU 01 Gringsing. Alat ukur penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala intensitas bermain *game online*, skala *self regulation*, dan skala motivasi belajar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode analisis data menggunakan korelasi linier berganda, analisis deskriptif, uji asumsi klasik, dan uji hipotesis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $p$  sebesar 0,000 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,751 yang artinya terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing.

**Kata kunci** : intensitas bermain *game online*, *self regulation*, dan motivasi belajar

# BAB I

## PENDAHULUAN

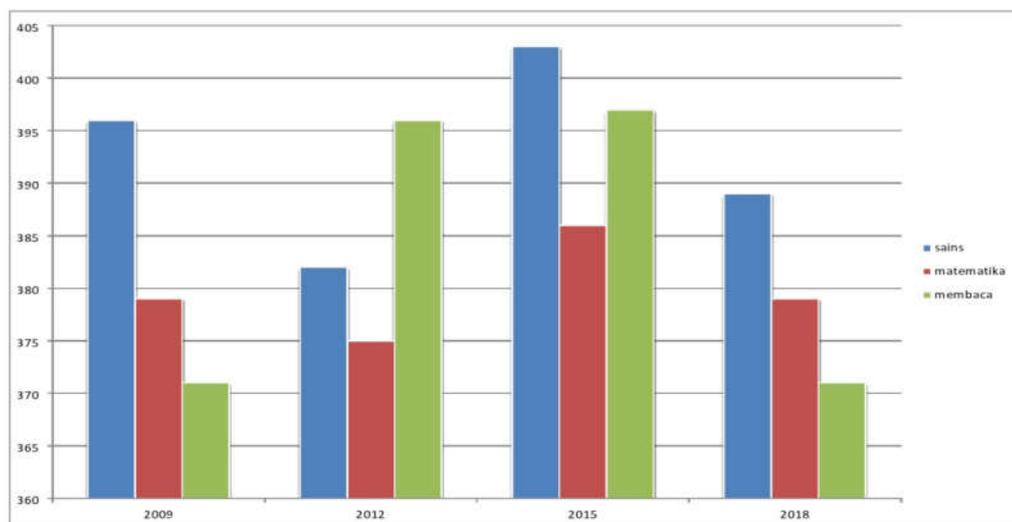
### A. Latar Belakang

Pada akhir tahun 2019 dunia dikejutkan dengan adanya wabah virus baru yaitu virus *Covid-19*. Dampak yang paling signifikan dalam dunia pendidikan yaitu dalam proses pembelajarannya. Proses yang dahulu tatap muka, pada masa pandemi ini menggunakan pembelajaran dalam jaringan (daring) yang bertujuan untuk mencegah penyebaran covid. Pembelajaran daring diartikan sebagai jenis pembelajaran yang memungkinkan tersampainya bahan ajar ke peserta didik menggunakan media internet atau media jaringan komputer lainnya (Palimbong, 2020:187). Proses pembelajaran daring selama ini banyak dilakukan pemberian tugas melalui whatsapp, video conference, google form, ataupun melalui aplikasi khusus yang tersedia. Siswa mendapatkan penugasan melalui whatsapp, lalu ditulis di buku dan difoto untuk dikirim ke guru dan juga melalui aplikasi google form dimana setelah selesai mengerjakan tugas akan langsung muncul nilainya (Handarini, 2020:501). Oleh sebab itu, siswa dituntut untuk belajar mandiri dengan minimnya pengawasan dari guru secara langsung sehingga salah satu hal yang menyebabkan tercapainya tujuan dari pembelajaran adalah motivasi belajar dari dalam diri siswa tersebut.

Siswa melakukan aktivitas belajar dikarenakan ada yang mendorongnya, dasar penggerak belajar adalah motivasi. Semakin tinggi motivasi siswa maka semakin besar usaha yang akan dilakukannya untuk belajar (Djamarah & Setyowati, dalam Husna dkk., 2017:3). Menurut Sadirman (2012, dalam Hijrat, 2019:40) siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dapat terlihat dari perhatiannya saat proses belajar yang berkaitan dengan minat belajar, konsentrasi, ketekunan, perhatian penuh pada belajar dan minat untuk mengerjakan tugas tanpa mengenal rasa bosan apalagi menyerah. Namun, tidak semua siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi. Hal ini disebabkan oleh motivasi belajar yang bersifat *non-intelektual*. Perannya khas menumbuhkan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar. Walaupun intelegensi siswa cukup tinggi bisa gagal dalam belajar jika motivasi di dalam dirinya kurang (Sardiman, 1996:75).

Seperti halnya motivasi belajar yang ada pada siswa MTs NU 01 Gringsing. Siswa lebih memilih kegiatan lain yang dianggap menyenangkan. Siswa cenderung menyukai bermain bersama dengan teman-temannya daripada belajar, sekadar berkumpul, mengobrol, ataupun bermain *game online* bersama. Lalu saat mendekati waktu ujian,

siswa mulai mempersiapkan diri untuk belajar. Bahkan, terkadang ada siswa yang hanya mengandalkan jawaban dari teman tanpa belajar. Hal ini karena ada dua faktor yang mempengaruhi motivasi belajarnya, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi aspirasi, cita-cita, kemampuan belajar, kondisi siswa dan unsur dinamis yang ada pada saat belajar. Sedangkan faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan belajar, dan cara guru dalam menyampaikan pelajaran (Darsono, 2011 dalam Emda, 2017:177). Faktor cita-cita sangat penting untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Saat siswa memiliki cita-cita, mereka memiliki target ke depan sehingga akan berusaha semaksimal mungkin untuk meraih cita-cita tersebut. Selain itu motivasi belajar siswa memiliki kaitan erat dengan kemampuan belajar siswa, seperti pengamatan, perhatian, kecerdasan maupun daya pikir analisa ketika memiliki nilai yang tinggi maka motivasi belajar siswa akan meningkat. Kondisi fisik dan psikis maupun unsur dinamis siswa juga memiliki peran dalam tinggi rendahnya motivasi belajar. Jika siswa sedang dalam keadaan sakit, maka keadaan motivasi belajar akan berbeda daripada saat siswa dalam keadaan sehat. Senada dengan hal itu, salah satu pendukung motivasi belajar yaitu unsur dinamis yang dapat dikatakan tidak stabil. Seperti emosi, situasi belajar, gairah belajar berpengaruh pada motivasi belajar siswa. Kondisi lingkungan siswa seperti lingkungan rumah, lingkungan sekolah, maupun lingkungan masyarakat turut berkontribusi menaikkan maupun menurunkan motivasi belajar siswa. Tidak hanya itu, guru juga menyumbang pengaruh motivasi belajar siswa, seperti cara yang digunakan guru dalam mengajar, materi yang disampaikan, keakraban dengan siswa, dan lain sebagainya (Darsono, 2011 dalam Emda, 2017:177).

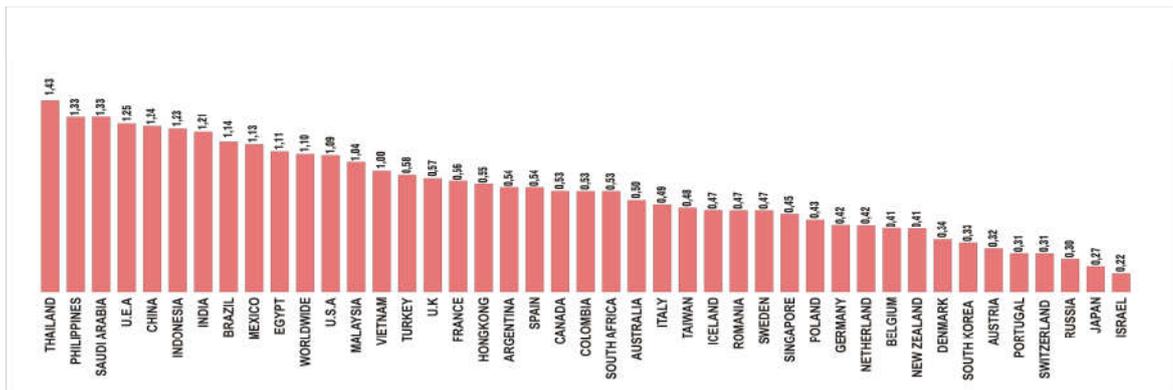


**Gambar 1**

Grafik indeks pendidikan tahun 2009 – 2018 di Indonesia (PISA, 2009; 2012; 2015; 2018)

Menurut grafik diatas, semenjak tahun 2015 terjadi penurunan kualitas pendidikan di Indonesia. Penurunan dapat disebabkan karena menurunnya motivasi belajar siswa sehingga mempengaruhi indeks kualitas pendidikan di Indonesia (Indah dkk., 2020:62). Pada tahun 2018 juga terlihat penurunan minat baca siswa yang cukup signifikan dari nilai 397 menjadi 371. Salah satu faktor pengaruh penurunan nilai minat baca tersebut karena keinginan siswa dalam belajar yang disebabkan tidak adanya motivasi diri. Motivasi ini mungkin belum tumbuh karena siswa belum memiliki pengetahuan tentang manfaat dari belajar atau belum memiliki sesuatu yang ingin diraih. (Maulidia, 2007:135).

Berdasarkan penelitian dari Masya dan Candra (2016:114) penyebab motivasi belajar siswa rendah dikarenakan seringnya menggunakan waktu luang untuk bermain *game online*. Siswa yang memiliki intensitas bermain *game online* yang tinggi menjadikan mereka akan mencuri-curi waktu belajar untuk bermain *game online*. Intensitas yang tinggi tersebut disebabkan karena pemain tidak akan bisa menyelesaikan permainan sampai tuntas. Selain itu, Menurut Erikson (dalam Abubakar & Ngalimun, 2009:71) remaja merupakan masa berkembangnya *identity*. Masa dimana remaja pencarian jati diri dan menjawab pertanyaan “siapakah saya?”. Perkembangan sosial pada usia remaja juga didominasi oleh pengaruh teman sebaya serta pembuatan kelompok sosial (*peer group*). Kelompok tersebut bertujuan untuk menjadi tempat bereksperimen. Sehingga ketika teman sebayanya bermain *game online* siswa akan cenderung mengikutinya. Di sisi lain menurut teori hierarki kebutuhan Maslow(1970, dalam Utami, 2017:128-129) yang ketiga yaitu kebutuhan rasa cinta dan rasa akan memiliki menyebutkan bahwa kebutuhan ini yang mendorong siswa untuk mengadakan hubungan emosional dengan individu lainnya. Rasa saling memilikidari teman sebaya merupakan kontribusi dari (1) perasaan terkait/terhubung (*feeling of relatedness*), dengan indikator hubungan timbal balik yang saling memuaskan, empati, pengertian, mampu melakukan komunikasi mendalam; dan (2) perasaan kebersamaan(*feeling of belongingness*), dengan indikator merasa diterima oleh kelompok, rasamemiliki kepastian, rasa berakar/*rootedness*, rasa keamanan, ketiadaan kecemasankarena kesendirian(Connell dan Wellborn, 2004 dalam Pitaloka, 2013:8). Artinya bahwa teman memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap ketertarikan bermain *game online*. Perasaannyaman atas teman-teman bermain bersama menjadikan *game online* lebih menarik dari sudut pandang siswa (Pitaloka, 2013:8).



**Gambar 2**

Intensitas bermain *game online* di berbagai negara tahun 2020 (Kemp, 2020).

Menurut survey yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pada tahun 2017 jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 143,25 juta orang sebesar 54,68% dari total populasi penduduk Indonesia sebanyak 262 juta orang diantaranya yang bermain *game online* sebanyak 54,13% (Theresia dkk., 2019:97). Senada dengan hal itu, survey yang dilakukan oleh Hootsuite pada tahun 2020 dari 43 negara, Indonesia berada pada peringkat 6 dengan rata-rata bermain *game online* selama 1 jam 23 menit (Kemp, 2020). Selanjutnya, menurut survey yang dilakukan oleh Newzoo pada tahun 2017 pemain *game online* di Indonesia yang berusia 10-20 tahun sebesar 21% untuk laki-laki dan 15% untuk perempuan (Newzoo,2017). Dilihat dari data tersebut, cukup banyak pemain *game online* dari kalangan usia pelajar. Tentunya membuat keprihatinan tersendiri bagi guru maupun orang tua yang khawatir dengan kebiasaan tersebut dapat mengganggu perilaku sosial maupun prestasi akademik mereka. Seharusnya, tugas seorang siswa adalah mementingkan sekolah daripada bermain *game online* agar mereka mempunyai sikap positif terhadap sekolahnya. Namun kenyataannya banyak siswa yang mementingkan bermain *game online* daripada sekolah, sehingga menyebabkan rendahnya motivasi belajar siswa tersebut. (Dewandari, 2013 dalam Theresia dkk., 2019:97).

Senada dengan hal itu, tidak hanya intensitas bermain *game online* saja yang perlu diperhatikan. *Self regulation* siswa saat belajar juga penting untuk diperhatikan. *Self regulation* ialah cara seseorang untuk memantau perilaku diri sendiri, dengan cara mengontrol kondisi stimulus untuk memodifikasi perilaku yang tidak sesuai (Atkinson 1993, dalam Rozali, 2014:62). Karena pada dasarnya, dalam motivasi belajar *self regulation* memiliki kedudukan untuk mendapatkan keterampilan akademis, seperti menetapkan strategi ataupun tujuan (Hadi, 2020:3170). *Self regulation* dapat mengontrol

keadaan lingkungan maupun implus emosional yang sekiranya dapat mengganggu perkembangannya. Sehingga siswa yang ingin berkembang akan berusaha semaksimal mungkin agar tercapainya tahap perkembangan yang diinginkan, sedangkan siswa yang kurang mampu meregulasi diri, kemungkinan tidak mampu mencapai tujuan dalam proses belajar tersebut. Oleh karena itu, siswa penting memiliki *self regulation* agar membantu perkembangannya. (Alfiana, 2013:246). Siswa yang memiliki *self regulation* tinggi mempunyai tanggung jawab, keinginan, kesadaran, mengetahui teknik belajar yang efektif bagi dirinya, serta mempunyai strategi mengatur diri dalam kegiatan belajar dengan baik. Siswa juga bersungguh-sungguh mengikut kegiatan di kelas, mengingat materi, meninjau ulang, rajin membaca referensi, serta mampu berpikir mendalam tentang materi yang mereka dapat (Simatupang dkk., 2017:3-4).

Dari hasil wawancara dengan guru yang menjabat sebagai kesiswaan di MTs NU 01 Gringsing didapati bahwa banyak kendala saat belajar daring. Kaitannya dengan banyaknya siswa yang telat mengumpulkan tugas. Banyak siswa yang hanya menjiplak hasil jawaban dari teman tanpa membuat sendiri tugas yang telah diberikan oleh guru tersebut. Bahkan terkadang terdapat siswa yang tidak terlihat sama sekali selama beberapa hari saat pembelajaran telah aktif. Oleh karena itu, guru seringkali membuat inspeksi dengan mendatangi rumah-rumah siswa. Guru sering mendapati siswa sedang bermain *game online*. Terkadang guru mendapati siswa sedang berkumpul bersama teman-temannya untuk bermain *game online* bersama-sama. Bahkan guru pernah mendapati beberapa siswa yang jarang mengumpulkan tugas dan beralasan tidak mempunyai kuota, ternyata kuota tersebut digunakan untuk bermain *game online*. Permasalahan itu berkaitan dengan motivasi belajar siswa. Siswa yang mempunyai motivasi belajar yang cukup tinggi, memiliki kecenderungan untuk memprioritaskan diri sebagai pelajar. Siswa cenderung menyelesaikan tugas-tugasnya sebagai pelajar terlebih dahulu daripada yang lain.

Senada dengan permasalahan itu, dari wawancara dengan beberapa siswa MTs NU 01 Gringsing mendapati bahwa siswa sering terlambat saat mengumpulkan tugas. Siswa lebih tertarik mengikuti ajakan teman-temannya untuk bermain *game online* daripada mengerjakan tugas. Sehingga siswa menunda-nunda pengumpulan tugas yang seharusnya dikumpulkan lebih awal. Terkadang siswa juga mengerjakan tugas diselingi dengan bermain *game*. Fokus siswa akan terpecah belah karena mereka melakukan dua kegiatan secara bersamaan. Mereka juga tidak memiliki jadwal kegiatan harian yang terstruktur. Penyebab dari permasalahan tersebut adalah siswa bermain *game online*

berjenis *MMOFPS* (*Massively Multiplayer Online First Person Shooter*) ataupun *MOBA* (*Multiplayer Online Battle Arena*) yang rata-rata terdiri dari 3-8 permainan dalam sehari dan masing-masing permainan menghabiskan waktu sekitar 20-30 menit. Sehingga dapat dikatakan jika siswa tersebut memiliki intensitas yang sedang sampai tinggi. Menurut Young (2006, dalam Theresia dkk., 2019:100) intensitas bermain *game online* tingkat rendah dapat dilihat ketika siswa bermain *game online* selama 1-2 jam dalam sehari, intensitas bermain *game online* tingkat sedang dapat dilihat ketika remaja bermain *game online* selama 3-4 jam dalam sehari, intensitas bermain *game online* tingkat tinggi dapat dilihat ketika remaja bermain *game online* selama lebih dari 4 jam sehari.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, menjadikan penelitian ini semakin menarik untuk diteliti lebih lanjut apakah terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar. Oleh karena itu, penulis melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game online* Dan *Self Regulation* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang”.

## **B. Rumusan Permasalahan**

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Adakah hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang?
2. Adakah hubungan antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang?
3. Adakah hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai pemaparan dari latar belakang serta rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

1. Menguji secara empiris hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.
2. Menguji secara empiris hubungan antar *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.
3. Menguji secara empiris hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan terdapat beberapa manfaat. Adapun manfaat yang didapat antara lain:

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menyumbang ilmu pengetahuan di bidang ilmu psikologi.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi penelitian yang akan datang terutama terkait penelitian yang fokus mempelajari *game online*, *self regulation*, dan motivasi belajar.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Guru

Memberikan pemahaman hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa yang hampir sebagian besar siswa melakukannya agar menjadi pertimbangan sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan.

###### b. Siswa

Sebagai bahan pertimbangan agar siswa dapat memilih kegiatan yang lebih positif. Karena, posisi mereka sebagai pelajar yang tugas utamanya adalah belajar agar dapat mempersiapkan masa depan bukan hanya bermain *game online* dan juga menambah pengetahuan pentingnya *self regulation* dalam belajar sehingga siswa mampu meraih tujuan dari pembelajaran tersebut.

###### c. Orang Tua

Memberi masukan kepada orang tua siswa agar memperhatikan pola bermain *gadget* anak sehingga tidak mengganggu kegiatan belajarnya.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian sebelumnya yang meneliti tentang motivasi belajar, intensitas bermain *game online* dan *self regulation* telah beberapa kali diteliti. Berikut terdapat beberapa penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini yaitu: penelitian yang dilakukan oleh Yudi Dwi Saputra dan Zakaria Wahyu Hidayat (2017), meneliti tentang ***Hubungan Efikasi Diri Dan Regulasi Diri Terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Angkatan 2017 STKIP PGRI Jombang***. Dalam penelitian ini metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif korelasional dengan subjek mahasiswa Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang Angkatan 2017 dengan jumlah

subjek 84 orang. Hasil penelitian tersebut ialah *efikasi diri* dan *regulasi diri* bersama-sama memiliki hubungan dengan motivasi belajar dengan nilai signifikan adalah sebesar 0.001 dari hasil penghitungan data menggunakan SPSS. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Siti Nabila Hadi (2020), yang meneliti tentang ***Hubungan Motivasi Belajar dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa Skripsi***. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah penelitian studi literatur yang mengulas 11 artikel penelitian dengan teknik *critical analysis*. Dari penelitian tersebut menghasilkan terdapat hubungan antara motivasi belajar mahasiswa terhadap regulasi diri belajar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sedangkan penelitian sebelumnya mengenai motivasi belajar dengan intensitas bermain *game online* diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Al Nizar dan Siti Hajaroh (2019), meneliti tentang ***Pengaruh Intensitas Penggunaan Game Gadget Terhadap Minat Belajar Siswa***. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik *ex-post facto* dengan subjek siswa kelas V MI NW Gelogor tahun ajaran 2017/2018 sejumlah 26 siswa. Penelitian tersebut menghasilkan terdapat pengaruh negatif signifikan yang kuat antara intensitas penggunaan *game online* dengan minat belajar. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka akan semakin menurun minat belajar siswa dan sebaliknya.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nahdiatul Husnadkk (2017), yang meneliti tentang ***Hubungan Bermain Games Dengan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Di Kecamatan Banjarmasin Barat***. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan subjek siswa-siswi kelas IX SMP di area Kecamatan Banjarmasin Barat sejumlah 313 siswa. Penelitian tersebut menghasilkan terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas bermain *games* dengan motivasi belajar. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi intensitas bermain *games* semakin rendah motivasi belajar dan sebaliknya. Sejalan dengan kedua penelitian diatas penelitian yang dilakukan Hairul Razikin (2018), yang meneliti tentang ***Hubungan Kebiasaan Bermain Game Dengan Motivasi Belajar Peserta Didik Di SMP IT AR RAIHAN Bandar Lampung***. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan subjek siswa laki-laki kelas IX di SMP IT ARRAIHAN Bandar Lampung sejumlah 32 siswa. Penelitian tersebut menghasilkan terdapat hubungan negatif dan tidak signifikan antara kebiasaan bermain *game* terhadap motivasi belajar siswa.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nisrinafatin (2020), yang berjudul ***Pengaruh Game online Terhadap Motivasi Belajar Siswa***. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode penelitian *study litelatur* dengan teknik membaca maupun mencatat

informasi-informasi yang dirasa penting dan relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan. Penelitian tersebut menghasilkan kesimpulan bahwa *game online* mempunyai dampak negatif terhadap motivasi belajar siswa. Seorang siswa yang kecanduan bermain *game online* akan mempengaruhi motivasinya dalam belajar. Ketika motivasi belajarnya terganggu, maka prestasinya secara tidak langsung akan terganggu.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Motivasi Belajar

##### 1. Definisi Motivasi Belajar

Motivasi belajar berasal dari dua kata, yaitu Motivasi dan Belajar. Motivasi atau *movere* berasal dari bahas latin yang mempunyai arti daya penggerak ataupun dorongan dari dalam diri seseorang yang bertujuan untuk bertindak dan berperilaku yang diarahkan dengan upaya agar tercapainya tujuan tertentu (Cleopatra, 2015:172). Menurut Hamilton (2007:172) motivasi adalah dorongan untuk mempertahankan perilaku tertentu dan/atau bertujuan untuk tujuan tertentu. Sedangkan menurut Sarwono (2019:137) dorongan, rangsangan, maupun pembangkit bagi terjadinya suatu perilaku (*behavior*) atau perbuatan (*action*). Menurut Freud (dalam Sarwono, 2019:138) motivasi adalah bentuk dari energi yang ada dalam diri individu yang disebut insting atau naluri. Insting ini dibagi menjadi dua yaitu insting hidup dan mati.

Insting hidup disebut juga dengan eros yang memiliki arti dorongan untuk bertahan hidup dan mempertahankan keturunan. Sedangkan insting kematian adalah naluri pada perbuatan agresif atau yang menjurus pada kematian (Alwisol, 2017:21-22). Motivasi menurut Susanto dan Nurhayati (2013, dalam Fakhria & Setiowati, 2017:31), dorongan yang timbul karena adanya rangsangan dari dalam ataupun dari luar individu, sehingga dapat menimbulkan keinginan untuk melakukan perubahan dalam perilaku atau perbuatan yang lebih baik dari sebelumnya. Motivasi menurut Maslow (1970, dalam Utami, 2017:126) merupakan suatu tenaga yang mendorong dari dalam diri yang membuat manusia berbuat sesuatu ataupun berusaha agar memenuhi kebutuhannya. Maslow memiliki pandangan bahwa kebutuhan manusia itu mempunyai jenjang dari yang terendah sampai tertinggi, dimana jika tingkat kebutuhan terpenuhi, maka kebutuhan tersebut tidak berfungsi lagi sebagai motivator (Robbins & Timoty, 2009 dalam Sari & Dwiarti, 2018:). Hierarki kebutuhan Maslow (1970, dalam Utami, 2017:128-129) adalah:

a) Kebutuhan fisik dan biologis

Kebutuhan fisiologis dan biologis merupakan kumpulan dari kebutuhan dasar yang paling mendesak untuk pemuasannya, dikarenakan berkaitan langsung dengan kelangsungan hidup dan pemuasan biologis.

b) Kebutuhan akan keselamatan dan keamanan

Suatu kebutuhan pendorong bagi individu yang berkaitan dengan kepastian, ketentraman, dan keteraturan dari situasi lingkungannya

c) Kebutuhan cinta dan rasa akan memiliki

Suatu kebutuhan pendorong bagi individu untuk mengadakan hubungan emosional dengan individu lainnya, baik dengan sesama jenis maupun yang berbeda jenisnya, di lingkungan keluarga maupun di lingkungan masyarakat.

d) Kebutuhan akan penghargaan

Kebutuhan ini terbagi menjadi dua. Yang pertama ialah penghargaan dan penghormatan diri sendiri. Individu ingin tahu atau meyakini bahwa dirinya berharga dan dapat mengatasi segala sesuatu tantangan dalam hidupnya. Bagian kedua ialah penghargaan atau penghormatan dari orang lain. Individu butuh penghargaan terhadap segala sesuatu yang dilakukan olehnya.

e) Kebutuhan akan aktualisasi diri

Hasrat yang ada dalam diri individu untuk menjadi seseorang yang sesuai dengan potensi dan keinginan yang dimiliki olehnya.

Skinner (1958, dalam Walgito, 2004:166) mendefinisikan belajar sebagai proses adaptasi dari dalam diri individu yang bersifat progresif. Belajar dalam Kamus Istilah Psikologi (Hassan, 1981:8) adalah perubahan dari respon yang dikehendaki karena akibat dari adanya pengalaman yang telah lampau. Gagne (1979, dalam Nurjan 2016:37) mendefinisikan belajar dapat berarti proses kognitif yang mampu mengubah sikap stimulasi melalui lingkungan. Belajar terdiri dari tiga komponen utama yaitu kondisi eksternal individu berupa stimulus yang tercipta dari lingkungan belajar, kondisi internal individu sebagai penggambaran keadaan internal dan suatu proses kognitif siswa maupun siswi, hasil dari belajar sebagai gambaran informasi sikap, verbal, keterampilan intelek, siasat kognitif dan keterampilan motorik.

Menurut Heriyati (2017:27) motivasi belajar merupakan dorongan semangat untuk belajar yang ditunjukkan oleh siswa yang muncul dari diri seseorang baik sadar maupun tidak. Dorongan tersebut muncul dari dalam maupun luar ketika memperoleh bermacam-macam keterampilan, pengetahuan, sikap dan berusaha secara aktif, mempunyai sikap, minat, dan persepsi tertentu. Contohnya perasaan nyaman atau senang saat berada dalam kelas. Sedangkan Mulyaningsih (2014:445) mendefinisikan motivasi belajar merupakan dorongan ataupun keinginan individu untuk melakukan suatu aktivitas belajar agar prestasi belajar dapat tercapai semaksimal mungkin. Motivasi belajar sebagai syarat utama untuk belajar serta memegang peran penting

untuk memberi gairah dan semangat belajar. Motivasi belajar bukan hanya sebagai pendorong agar tercapainya hasil yang baik, tapi juga mengandung usaha individu untuk mencapai tujuan dari belajar (Puspitasari, 2013 dalam Andriani & Rasto, 2019:81).

Motivasi belajar memiliki fungsi sebagai sarana pendorong usaha individu agar tercapainya prestasi. Hal tersebut disebabkan karena ketika individu mengharapkan tujuannya tercapai, individu tersebut harus melakukan usaha sesuai arah perbuatan yang ingin dituju. Sehingga siswa dapat memilih perbuatan yang harus dilakukan dan bermanfaat bagi tujuan yang ingin dicapai (Emda, 2017:180). Motivasi belajar ini diperlukan dalam pembelajaran untuk mendorong keinginan dan daya penggerak pada siswa terhadap kebutuhan belajar. Siswa yang memiliki motivasi belajar mampu mengikuti pembelajaran dari awal sampai akhir sehingga pelajaran yang telah dilalui oleh siswa dapat lebih terserap dipelajari (Sidik & Sobandi, 2018:193).

Sesuai uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa, motivasi belajar merupakan daya penggerak, dorongan, atau energi yang ada dalam diri siswa saat melakukan aktivitas belajar agar tercapainya tujuan dari belajar tersebut yang didukung oleh perhatian, relevansi, percaya diri dan kepuasan.

## **2. Aspek-Aspek Motivasi Belajar**

Menurut Keller (1987:2) terdapat empat aspek motivasi belajar, yaitu:

### **a. Attention (perhatian)**

Siswa menangkap rasa minat untuk belajar dengan memberikan atensi pada pembelajaran sehingga rasa ingin tahu akan muncul.

### **b. Relevance (relevansi)**

Pandangan siswa terhadap hubungan pelajaran dengan manfaat dan aplikasinya pada kehidupan sehari-hari. Motivasi belajar siswa akan terjaga apabila siswa dapat menemukan hubungan antara apa yang dipelajari dengan manfaatnya dalam memenuhi kebutuhan pribadi maupun sesuai dengan nilai yang diyakini.

### **c. Confidence (percaya diri)**

Keyakinan diri siswa dalam belajar dan menyelesaikan masalah. Siswa yang memiliki rasa bahwa dirinya berkompeten atau mampu dalam belajar, maka keinginan untuk belajar semakin baik.

**d. Satisfaction (kepuasan)**

Rasa puas dari dalam diri siswa setelah memecahkan permasalahan yang sedang dipelajari.

Menurut Gowing (2001, dalam Cahyani dkk.,2012: 127) terdapat empat aspek motivasi belajar, yaitu:

**a. Dorongan Mencapai Sesuatu**

Perasaan terdorongnya siswa untuk berjuang demi terwujudnya harapan dan keinginannya.

**b. Komitmen**

Siswa yang memiliki komitmen tinggi, akan memiliki kesadaran untuk belajar serta memiliki kemampuan untuk mengerjakan tugas dan menyeimbangkan tugas

**c. Inisiatif**

Siswa dituntut agar membuat ide-ide baru ataupun inisiatif-inisiatif sebagai penunjang keberhasilan dan kesuksesan saat menyelesaikan proses pendidikan. Oleh karena itu, siswa telah mengetahui bahkan memahami dirinya sendiri, sehingga siswa mampu membimbing dirinya sendiri untuk melaksanakan hal-hal yang dapat bermanfaat bagi diri sendiri atau orang di sekitarnya.

**d. Optimis**

Sikap giat pantang menyerah ketika mengejar tujuan serta selalu percaya bahwa tantangan akan selalu ada, namun terdapat pilihan dari tantangan tersebut sebagai penunjang pertumbuhan dan perkembangan yang lebih baik lagi.

Menurut Worell dan Stiwel (2006, dalam Ningrum & Cahyani 2015:265) terdapat enam aspek motivasi belajar, yaitu:

**a. Tanggung Jawab**

Siswa yang mempunyai motivasi belajar yang tinggi, merasa mempunyai tanggung jawab terhadap tugas-tugas yang sedang ia kerjakan dan tidak akan meninggalkan tugas tersebut. Sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, kurang mempunyai rasa tanggung jawab terhadap tugas yang sedang ia kerjakan dan akan sering menyalahkan hal-hal yang berada diluar dirinya.

**b. Tekun**

Siswa dengan motivasi yang tinggi, mampu bekerja terus menerus dengan waktu yang cukup lama, tidak pantang menyerah, serta mempunyai konsentrasi yang

cukup baik. Namun, siswa yang memiliki motivasi rendah memiliki konsentrasi yang rendah sehingga sangat mudah terpengaruh lingkungan di sekitarnya serta memiliki kesulitan saat mengerjakan tugas agar tepat waktu

**c. Usaha**

Siswa yang mempunyai motivasi belajar cukup tinggi memiliki kerja keras, usaha, serta waktu belajar seperti pergi ke perpustakaan. Namun siswa yang mempunyai motivasi belajar rendah cenderung menghabiskan waktu miliknya untuk bermain.

**d. Umpan Balik**

Siswa yang mempunyai motivasi belajar yang cukup tinggi, suka terhadap *feedback* pekerjaan yang telah dilakukan. Namun siswa yang mempunyai motivasi belajar rendah cenderung tidak suka terhadap *feedback* karena kesalahannya akan terlihat. *Feedback* berupa penilaian maupun kritikan terhadap hasil kerja siswa ini berhubungan dengan siswa agar mendapatkan hasil yang lebih baik,

**e. Waktu**

Siswa yang mempunyai motivasi belajar tinggi, mencoba berusaha menyelesaikan tugas-tugas seefisien mungkin dengan waktu secepatnya. Namun, siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, merasa kurang tertantang terhadap menyelesaikan tugas secepatnya dan cenderung lama serta kurang efisien.

**f. Tujuan**

Siswa yang mempunyai motivasi belajar cukup tinggi dapat menetapkan tujuan nyata sesuai kemampuan yang dimilikinya serta mampu berkonsentrasi sesuai langkah yang ingin dituju. Namun siswa yang mempunyai motivasi belajar rendah akan melakukan sebaliknya.

Berdasarkan teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek motivasi belajar adalah memiliki dorongan untuk mencapai sesuatu, komitmen, inisiatif, optimis, tanggungjawab, tekun, usaha, umpan balik, waktu, tujuan, perhatian, relevansi, percaya diri, dan kepuasan.

**3. Faktor-Faktor Motivasi Belajar**

Menurut Maulidia dkk. (2018:11-12) terdapat dua faktor yang dapat menyebabkan motivasi belajar siswa rendah yaitu faktor eksternal dan faktor internal.. Faktor-faktor tersebut meliputi:

**a. Faktor Eksternal**

- **Lingkungan keluarga**

Dukungan yang diberikan oleh keluarga sangat penting terhadap keinginan siswa untuk belajar seperti halnya perhatian dari orang tua, ataupun bantuan dari kakak saat kesulitan mengerjakan tugas. Sosial ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa sebagai acuan agar mendapatkan fasilitas belajar yang mumpuni seperti buku, peralatan sekolah, maupun memilih sekolah yang terbaik.

- **Lingkungan sekolah**

Fasilitas yang tersedia di sekolah seperti kelengkapan alat tulis, kenyamanan, tersedianya buku penunjang belajar, termasuk jumlah kesesuaian antara buku dengan jumlah siswa serta metode yang dilakukan guru dalam mengajar turut menjadi faktor dari motivasi belajar.

- **Lingkungan masyarakat**

Meliputi pergaulan dengan teman sebaya dapat menurunkan motivasi belajar siswa. Jika teman dari siswa tersebut mengikuti ajakan teman-temannya untuk bermain *game online* maka ia akan cenderung malas belajar hingga membolos saat jam belajar di sekolah.

**b. Faktor Internal**

- **Tingkat intelegensi dan panca indra**

Siswa yang memiliki tingkat intelegensi rendah cenderung terhambat saat proses kegiatan belajarnya hingga kurang mampu memahami materi yang telah dijelaskan oleh guru.

- **Kesehatan jasmani dan rohani pada siswa**

Pendukung yang paling utama dari proses pembelajaran adalah fisik, ketika kesehatan fisik mengalami penurunan maka fokus belajar siswa akan terganggu. Selain itu, diperlukan pemantapan hati mempersiapkan diri untuk belajar, karena ada beberapa siswa yang pergi ke sekolah tanpa kesiapan untuk belajar namun bermain bersama dengan teman-temannya. Sehingga dapat memecah konsentrasi siswa lain serta mengganggu proses pembelajaran.

- **Sifat malas**

Banyak siswa yang malas membaca buku, biasanya mereka hanya mencatat penjelasan guru tanpa mempelajari dan mencoba memahaminya. Siswa lebih tertarik dengan bermain *game online* atau membaca *whatsapp* daripada membaca buku.

Menurut Kompri (2016:232) terdapat empat faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu:

**a. Cita-cita dan Aspirasi Siswa**

Motivasi belajar diperkuat cita-cita dan aspirasi baik secara intrinsik ataupun ekstrinsik.

**b. Kemampuan Siswa**

Motivasi belajar siswa harus bersamaan dengan kecakapan dan kemampuan dalam pencapaiannya.

**c. Kondisi Siswa**

Kondisi siswa baik jasmani ataupun rohani sebagai faktor yang mempengaruhi motivasi belajar. Seperti siswa yang sedang dalam keadaan sakit perhatiannya akan terganggu saat belajar.

**d. Kondisi Lingkungan Siswa**

Kondisi lingkungan siswa sesuai situasi keadaan seperti kehidupan bermasyarakat, tempat tinggal, lingkungan alam, keluarga, maupun kehidupan bermasyarakat dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa.

Menurut Moslem dkk. (2019:260) terdapat dua faktor motivasi belajar siswa yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor-faktor tersebut yaitu:

**a. Faktor internal**

Faktor yang berasal dari dalam diri siswa seperti cita-cita/aspirasi, kemampuan siswa, kondisi jasmani dan rohani, dan perhatian

**b. Faktor eksternal**

Faktor yang berasal dari luar diri siswa seperti unsur dinamis dalam pembelajaran, metode yang digunakan guru untuk mengajar, ataupun kondisi lingkungan dari siswa.

Menurut pendapat Darsono (2000:41) terdapat enam faktor motivasi belajar siswa. Faktor-faktor tersebut yaitu:

**a. Cita-cita atau aspirasi**

Cita-cita atau aspirasi merupakan target yang ingin dicapai oleh siswa. Cara penentuan target tersebut berbeda antar siswa. Target tersebut dapat diartikan sebagai tujuan yang ingin dicapai dari suatu kegiatan dan mengandung makna bagi siswa tersebut.

**b. Kemampuan dalam belajar**

Kemampuan psikis yang ada pada diri siswa seperti pengamatan, kecerdasan, daya pikir analisis, perhatian, dan kecerdasan.

**c. Kondisi**

Kondisi ini merupakan kondisi dari fisik dan psikologis siswa. Saat siswa kurang sehat, maka dapat mengganggu aktivitasnya saat belajar. Misalnya saat siswa dalam keadaan sehat maka motivasi belajarnya akan terasa berbeda sewaktu dia dalam keadaan sehat. Hal ini juga berlaku untuk psikologis siswa, misalnya saat siswa sedang mengalami patah hati, hal ini dapat berdampak kurang baik bagi siswa bahkan mungkin siswa tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik.

**d. Kondisi lingkungan**

Kondisi lingkungan siswa sesuai situasi keadaan seperti kehidupan bermasyarakat, tempat tinggal, lingkungan alam, keluarga, maupun kehidupan bermasyarakat dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa.

**e. Unsur-unsur dinamis dalam belajar**

Kondisi lingkungan siswa sesuai situasi keadaan seperti kehidupan bermasyarakat, tempat tinggal, lingkungan alam, keluarga, maupun kehidupan bermasyarakat dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa

**f. Cara guru mengajar**

Yang dimaksud dengan cara guru mengajar yaitu bagaimana persiapan dari guru sebelum melakukan pembelajaran. Seperti tidak terlambat masuk kelas, keakraban dengan siswa, materi yang diberikan, dan lain sebagainya.

Berdasarkan beberapa teori yang dikemukakan oleh para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal meliputi, cita-cita dan aspirasi siswa, kemampuan, kondisi, tingkat intelegensi dan panca indra, kesehatan jasmani dan rohani, sifat malas, perhatian, kesadaran diri, dan unsur-unsur dinamis belajar. Sedangkan faktor-faktor eksternal meliputi, kondisi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran, rangsangan dari orang lain, cara guru mengajar.

**4. Motivasi Belajar dalam Perspektif Islam**

Istilah yang biasa digunakan dalam bahasa Arab mengenai kata belajar yaitu تَعَلَّمَ dan دَرَسَ. Dalam Al-Qur'an kalimat yang digunakan juga دَرَسَ yang memiliki arti mempelajari, yang sering dihubungkan dengan mempelajari kitab. Belajar dalam

Islam disebut dengan menuntut ilmu (طَلَبَ الْعِلْمِ). Karena dalam belajar, seseorang akan mendapat ilmu pengetahuan yang bermanfaat untuk dirinya. Dalam Islam, ilmu yang didapat harus diaplikasikan sehingga dapat memberi perubahan pada diri siswa, baik secara kepribadian ataupun perilakunya (Rahman, 2016:231).

Seperti yang tertera dalam Q.S Al-Mujadalah Ayat 11 berikut ini:

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ....

“... Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan” (Kementerian Agama, 2003)

Dalam ayat di atas, ilmu yang dimaksud bukan hanya ilmu agama, namun juga ilmu-ilmu lainnya yang memang relevan dengan keadaan zaman dan memiliki manfaat yang positif. Oleh karena itu, proses belajar dapat juga dilihat dari sudut psikologis yang utuh dan menyeluruh. Maka proses dalam belajar idealnya ditandai dengan adanya pengaman psikologis baru yang positif, harapannya mampu mengembangkan aneka ragam sifat, kecakapan, dan sikap yang konstruktif (Sakilah, 2013:157).

Islam memiliki konsep belajar yang menempatkan manusia berada pada posisi yang seimbang, belajar bukan hanya sebagai kepentingan duniawi saja, namun juga dapat digunakan sebagai media untuk menambahkan keimanan dan ketakwaan pada Allah dan rasul-Nya, lalu juga bermanfaat untuk kehidupan akhirat kelak. Dalam Islam juga mengenal dua macam motivasi, yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah proses belajar yang didasari dengan niat ikhlas agar mendapat rida dari Allah SWT. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah Islam mengemukakan keutamaan-keutamaan dari belajar ataupun orang yang menuntut ilmu akan dipermudah jalannya menuju surga, derajatnya ditinggikan, dan lain sebagainya (Syahril, 2017:56).

Menurut Fatkhurrohman (2019:132-133) dalam Islam tidak hanya mengenal motivasi intrinsik dan ekstrinsik saja. Namun ada konsep lain yang disebut dengan *Motivasi Ukhrawi* dan *Motivasi Duniawi*.

a) *Motivasi Ukhrawi*

Merupakan motivasi berupa dorongan seorang muslim agar giat belajar dan mencari ilmu yang berorientasi kemuliaan akhirat. Kemuliaan itu meliputi: (1) balasan-balasan kebaikan di akhirat kelak, dan (2) berbagai kelebihan dan

kemuliaan dalam pandangan Allah Swt. Di antara motivasi-motivasi ukhrawi yang dijanjikan dan akan diberikan kepada orang yang belajar dan mencari ilmu adalah sebagai berikut: (1) diberi kemudahan masuk surga; (2) dilingkupi rahmat; (3) dikaruniai ketenangan dan ketenteraman; (4) dikelilingi (didampingi dan dijaga) para malaikat; (5) didoakan oleh malaikat maupun makhluk yang ada langit dan di bumi; (6) diperhitungkan sebagai yang sedang berjalan di jalan Allah (*fi sabilillah*); (7) namanya disebut-sebut oleh Allah di antara makhluk-makhluk yang berada di sisi-Nya; (8) dihormati sebagai “tamu” Allah Swt; (9) diampuni dosa-dosanya di masa lalu; (10) orang alim dikaruniai derajat kemuliaan melebihi ahli ibadah dan penguasa yang *wara*’; (11) orang-orang alim (ulama) diangkat sebagai pewaris para nabi.

b) *Motivasi Duniawi*

Merupakan salah satu bentuk motivasi belajar yang berorientasi pada pencapaian dalam hal-hal yang bersifat keduniaan, kekinian, dan kesementaraan, seperti materi (harta kekayaan), jabatan, nama baik, status sosial, sanjungan, popularitas dan sebagainya. Pada hakikatnya motivasi duniawi bisa terdapat dalam berbagai perilaku belajar dan mencari ilmu, baik ilmu-ilmu agama maupun ilmu-ilmu umum. Ilmu-ilmu agama yang dipelajari semata-mata untuk mencapai tujuan-tujuan keduniaan justru akan kehilangan nilai-nilai ukhrawinya dan berubah menjadi perkara duniawi yang tidak berpahala di sisi Allah Swt. Sebaliknya ilmu-ilmu umum yang dipelajari untuk meraih tujuan-tujuan akhirat, maka ilmu-ilmu itu akan memiliki nilai-nilai ukhrawi yang berpahala di sisi-Nya. Dengan demikian, sepanjang ilmu yang dipelajari tidak termasuk ilmu yang terlarang, maka persoalan esensialnya bukanlah pada diri ilmu itu, melainkan pada motivasi mempelajarinya.

## **B. Intensitas Bermain *Game Online***

### **1. Definisi Intensitas Bermain *Game Online***

Menurut Yuniar dan Nurwidawati (2013:2) mendefinisikan intensitas adalah tingkat keseringan seorang ketika menjalankan sesuatu kegiatan yang didasari dengan rasa senang saat kegiatan dilakukan. Intensitas menurut Sugono (2008:560) adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Sedang Poerwadarminta (2003:384) mendefinisikan bahwa intensitas adalah kegiatan yang sungguh-sungguh mendalam serta hal itu bisa bertambah dan berkurang ataupun melemah. Menurut Kartono dan

Gulo (2001, dalam Frida 2016:6) mendefinisikan intensitas adalah besar maupun kecil tingkah laku, jumlah energi fisik yang digunakan untuk merangsang salah satu indera

Young (2005, dalam Kurniawan 2017:99) mendefinisikan *game online* merupakan permainan yang menggunakan jaringan, dimana pemain dapat berinteraksi dengan lainnya untuk mencapai suatu tujuan, memperoleh nilai paling tinggi, dan melaksanakan misi di dalam dunia virtual. Lebih lanjutnya *game online* dapat dikatakan sebagai permainan yang dapat dimainkan di komputer dan dilakukan secara online (menggunakan internet) dan dapat dimainkan orang banyak secara bersamaan. Sedangkan Menurut Turmuzi dan Januar, (2006, dalam Sagara & Masykur 2018:419) *game online* merupakan permainan secara online yang dapat dimainkan lebih dari satu orang dimana dalam *game online* orang bisa berinteraksi dengan orang lain baik yang sudah dikenal maupun belum (biasanya cuma berkenalan sebatas *chat online* dan hampir tidak pernah bertemu). Orang hanya bisa memainkan *game online* ketika ada jaringan internet, jika tidak ada jaringan internet maka tidak dapat dimainkan. *Game online* sendiri merupakan perpaduan grafis yang canggih sehingga memberikan tantangan dan hiburan, pesan test atau *chatting* untuk berkomunikasi antar pemain dan menggunakan unsur *server* dan *client*. Server adalah jaringan yang diberikan dari penyedia layanan administrasi permainan tersebut. Sedangkan *client* adalah sebutan bagi pemain. Sehingga *game online* akan menjadi tempat orang-orang berinteraksi dan tempat bagi individu bertemu dengan individu lain yang memiliki kegemaran sama.

Ada beberapa jenis yang dimiliki oleh *game online*. Jenis-jenis tersebut menurut Sagara dan Masykur (2018:419) meliputi:

a. *MMORPG (Massively Multiplayer Online Role Playing Game)*

Jenis permainan ini yaitu ketika pemain bermain semakin lama maka pemain akan semakin kuat. Jenis permainan ini dimainkan dengan mendapatkan *experience* serta *item* perlengkapan untuk bertempur.

b. *MMOFPS (Massively Multiplayer Online First Person Shooter)*

Jenis permainan ini dimainkan dengan mengatur benteng atau bangunan untuk bertempur serta bertahan dari serangan musuh. Pemikiran sangat dibutuhkan dalam permainan ini untuk menyusun strategi yang akan dipakai.

c. *MMOFPS (Massively Multiplayer Online First Person Shooter)*

Jenis permainan ini mengandung banyak kekerasan karena permainan lebih banyak memegang senjata. Senjata-senjata yang digunakan seperti pedang, pistol, senjata api, dan senjata tajam lain untuk membunuh lawan.

Menurut Maulida dkk. (2019:304) intensitas bermain *game online* merupakan seberapa sering maupun frekuensi pemain saat bermain *game online*. Sedangkan Febrina (2014:30) mendefinisikan intensitas bermain *game online* merupakan suatu tingkatan ukuran frekuensi atau sejumlah satuan waktu (durasi) yang digunakan pada aktivitas bermain *game online* dengan dorongan emosi (giat serta semangat). Semakin tinggi frekuensi siswa dalam bermain *game online* maka semakin tinggi juga intensitas bermain *game online* dan sebaliknya. Menurut Griffiths dkk (2004, dalam Septia & Indrawati, 2018:2) mendefinisikan intensitas bermain *game online* adalah banyak sedikitnya jam (rata-tata) individu ketika bermain *game online* setiap minggunya.

Berdasarkan dari teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa intensitas bermain *game online* merupakan seberapa sering seseorang dan seberapa lama seseorang memainkan game yang berbasis online dengan perhatian penuh dan perasaan senang maupun sedih saat memainkannya.

## **2. Aspek-Aspek Intensitas Bermain Game Online**

Terdapat empat aspek intensitas bermain *game online* diambil dari definisi intensitas yang dikemukakan oleh Chaplin (2004:254) yang dirumuskan oleh Haqq (2016), yaitu:

### **a. Frekuensi bermain *game online***

Yaitu Seberapa sering seseorang melakukan aktivitas bermain *game online* (dalam bentuk sekali, dua kali, tiga kali, dan seterusnya).

### **b. Durasi**

Yaitu lama waktu yang digunakan untuk bermain *game online*, semakin banyak waktu yang digunakan untuk bermain *game online*, maka menunjukkan semakin lama bermain *game online*.

### **c. Perhatian penuh**

Yaitu konsentrasi pada diri ketika bermain *game online* sehingga mengesampingkan hal-hal yang lain seperti makan, mandi, sekolah serta tidak memperdulikan sekelilingnya ketika bermain *game online*.

### **d. Emosi**

Yaitu Reaksi emosi dari pemain *game online* yang meliputi rasa suka, gembira, marah atau kesal pada saat bermain *game online* sehingga menyebabkan para pemain semakin tenggelam dalam permainan tersebut.

Menurut Horrigan (2000:2) terdapat dua aspek intensitas bermain *game online* yaitu:

**a. Frekuensi**

Dapat menunjukkan sesering apa individu bermain *game online*;

**b. Lamanya bermain**

Lama waktu seseorang mengakses *game online* dalam sekali waktu dan berapa jam orang tersebut sekali memainkannya.

Menurut Fishben dan Ajzen (dalam Setyabudi & Julianto, 2012:185) terdapat tiga aspek intensitas bermain *game online* yaitu

**a. Frekuensi**

Merupakan sesering apa seseorang memakai media pada jangka waktu tertentu, contohnya dalam satu minggu berapa kali seseorang memainkan *game online*.

**b. Durasi**

Merupakan seberapa lama seseorang memakai media, contohnya seberapa lama seseorang menghabiskan waktu bermain *game* dalam satu kali permainan.

**c. Konsentrasi**

Sekuat apa konsentrasi seseorang saat memakai media.

Berdasarkan beberapa teori diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek intensitas bermain *game online* yaitu frekuensi, durasi, konsentrasi, dan emosi.

### **3. Faktor-faktor Intensitas Bermain Game online**

Menurut Masya dan Chandra (2016:105) ada dua faktor yang mempengaruhi intensitas bermain *game online* yaitu:

**a. Faktor Internal**

- Siswa memiliki keinginan dari dalam diri yang kuat untuk mendapatkan skor tinggi dalam *game online*, karena desain *game online* membuat pemain semakin penasaran dan ingin mendapatkan skor yang lebih tinggi.
- Siswa merasa bosan di rumah atau di sekolah.
- Ketidakmampuan siswa dalam mengendalikan prioritas untuk mengerjakan kegiatan penting yang lain menjadi pemicu munculnya adiksi terhadap *game online*.

- Minimnya kontrol diri siswa, mengakibatkan siswa kurang mampu mengantisipasi akibat negatif yang muncul dari bermain *game online* secara berlebih.

**b. Faktor Eksternal**

- Faktor lingkungan yang tidak terkendali dikarenakan siswa melihat teman-temannya bermain *game online*
- Siswa kurang mempunyai hubungan sosial yang baik
- Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga remaja memilih alternatif bermain *game online*
- *Game online* menjadi kegiatan yang mengasikkan.
- Orang tua yang memiliki harapan kepada anak namun terlalu tinggi untuk mengikut bermacam aktivitas seperti les, kursus, hingga kebutuhan utama anak seperti bermain dengan keluarga terlupakan

Menurut Adams dan Rollings (2010, dalam Saputra, 2016:6) ada tiga faktor yang mempengaruhi intensitas bermain *game online* yaitu:

**a. Gender**

Beberapa penelitian mengemukakan laki-laki cenderung lebih mudah kecanduan *game* dan menghabiskan waktu berada di dalam permainan daripada perempuan, walaupun laki-laki dan perempuan memiliki ketertarikan yang sama terhadap *game online*.

**b. Kondisi Psikologis**

Pemain *game online* sering mengalami mimpi yang berkaitan dengan *game*, situasi, dan karakter mereka. Salah satu alasan bagi pemain untuk kembali bermain adalah karena fantasi dalam *game online* dan kejadian-kejadian dalam permainan sangat kuat. Alasan lainnya, pemain merasa *game online* itu sangat menyenangkan serta memberi kesempatan bagi pemain untuk bereksperimen. Selain itu, pemain juga merasa *game* telah memberi kesempatan bagi mereka untuk mengekspresikan diri karena jenuh dengan kehidupan nyata mereka. Terakhir, keinginan untuk bermain *game* dapat disebabkan oleh kecemasan-kecemasan yang timbul karena pemain ingin mendapat nilai yang tinggi di dalam permainan.

**c. Jenis *Game***

Jenis permainan yang dimainkan oleh seseorang mampu mempengaruhi seseorang untuk bermain. Permainan yang baru ataupun permainan yang menantang cenderung membuat orang termotivasi untuk semakin sering bermain.

Menurut Ismi dan Akmal (2020:4) ada dua faktor yang mempengaruhi intensitas bermain *game online* yaitu:

**a. Faktor Internal**

Siswa merasa bosan atau kejenuhan akan rutinitas sehari-harinya seperti banyak tugas-tugas dari sekolah. Kemudian stress terhadap masalah yang dapat mengganggu pola pikir. Maka siswa melampiaskan hal tersebut dengan bermain *game online* tanpa berpikir bahwa banyak waktu yang terlewatkan demi membuat dirinya senang.

**b. Faktor Eksternal**

Banyaknya teman sebaya dan masyarakat sekitar yang bermain game online. Hal tersebut cenderung dapat berpengaruh pada siswa dengan ajakan dari teman untuk bermain game online.

Selain banyaknya teman yang bermain game online faktor eksternal lain yang menyebabkan intensitas bermain game online tinggi ialah kurang komunikasi antara anggota keluarga dan orang tua dengan anak sehingga bimbingan dari orang tua berkurang. Anak tidak bisa berkeluh kesah bersama anggota keluarganya. Hal ini akan menimbulkan dampak negatif terhadap mereka karena jiwanya merasa kosong sehingga mereka mencari kegiatan lain yaitu bermain game online yang dapat mengisi kekosongan yang ada dalam dirinya serta juga bisa berkomunikasi langsung bersama lawan game.

Berdasarkan teori-teori diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa intensitas bermain game online dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan yang kurang terkontrol, kurang memiliki hubungan sosial yang baik, game sebagai aktivitas yang menyenangkan, harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya, banyaknya teman sebaya dan masyarakat sekitar yang bermain game online, kurangnya komunikasi anggota keluarga dan orang tua dengan anak, dan jenis game. Sedangkan faktor internal meliputi bosan atau kejenuhan, kondisi psikologis, gender, keinginan kuat dari dalam diri untuk memperoleh nilai yang tinggi didalam game online, dan ketidakmampuan mengatur prioritas.

#### 4. Intensitas Bermain *Game Online* Dalam Islam

Menurut Supriadi (2014, dalam Khairuddin, 2020:26) pada dasarnya permainan baik *offline* maupun *online* dibolehkan dengan syarat-syarat tertentu, sejalan dengan kaidah fikih :

الأصل في الأشياء الإباحة حتى يدل الدليل على التحريم

Artinya:

“Hukum asal dari sesuatu adalah mubah sampai ada dalil yang melarangnya”

Namun menurut Al-Zuhayli (1985, dalam Khairuddin, 2020:26) berpendapat bahwa segala sesuatu yang tidak ada gunanya seperti bermain game dihukumi makruh karena di dalamnya berisi perbuatan yang menghabiskan waktu dan menyibukkan diri dari berzikir kepada Allah Swt, melalaikan ibadah salat serta segala sesuatu yang bermanfaat dan berfaedah. Islam juga tidak menyukai orang-orang yang menyia-nyaiakan waktunya untuk aktivitas yang tidak ada manfaatnya dikarenakan hal itu adalah pekerjaan setan. Orang yang memiliki intensitas bermain *game* yang tinggi akan menghabiskan waktunya sebagian besar hanya untuk bermain *game online* dan melupakan kewajiban serta tanggung jawab sebagai manusia (Umam & Muhid, 2020:163). Disisi lain, islam juga tiak melarang bermain *game online* dengan batas yang wajar dan permainan tersebut tidak bertentangan dengan syariat islam. Karena sejatinya segala sesutu yang berlebihan akan memberi dampak yang tidak baik, hal ini termasuk bermain *game online* yang sangat mudah membuat pemainnya kecanduan (Umam & Muhid, 2020:164).

#### 5. Dampak Bermain *Game Online*

##### a. Dampak Positif

Menurut Adiningtiyas (2016:29) *game online* memiliki dampak positif, diantaranya yaitu orang tua mudah memberi pengawasan, siswa memiliki otak yang mudah untuk berpikir, reflek berpikir lebih responsif, *game online* dapat menjadi sarana melupakan emosi, siswa juga mampu berpikir kreatif. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Nisrinafatin (2020:120) yang mengemukakan bahwa ada lima dampak positif bermain *game online*, diantaranya yaitu:

##### 1) Konsentrasi dapat meningkat

Konsentrasi tinggi dibutuhkan pemain *game online*. Konsentrasi semakin tinggi jika tingkat kesulitan *game* juga tinggi. Dengan meningkatnya

konsentrasi saat bermain *game* maka semakin meningkat juga konsentrasinya dalam hal lain.

2) Mengembangkan daya berpikir atau penalaran

Seseorang akan mengembangkan kemampuan analisis situasi, matematika bahkan pemecahan masalah dan juga membuat keputusan yang cepat dengan bermain *game online*.

3) Meningkatkan kemampuan berbahasa inggris

Mayoritas *game online* memakai bahasa inggris. Secara tidak langsung, pemain akan terbiasa berbahasa inggris saat bermain *game online*. Hal ini akan melatih pemain untuk berbahasa inggris.

4) Menghibur, mengalihkan perhatian, dan mengurangi stress

*Game online* sebenarnya seperti permainan lain yang dibuat semata-mata untuk media hiburan dan refreshing.

5) Mendapat teman baru

Dalam *game online* terkumpul berbagai pemain yang berasal dari seluruh dunia. Terkadang ada pemain *game online* yang berkenalan dan saling melakukan kesepakatan bermain bersama lain waktu.

**b. Dampak Negatif**

Menurut Khairuddin (2020:23) terdapat enam dampak negatif dari bermain *game online* yaitu:

1) Cenderung lebih malas

Karena pemain game lebih sering tidur larut malam dan ketika bangun di pagi membuat pengguna adanya rasa malas.

2) Kecanduan

Yang mengakibatkan para pengguna lalai dari melakukan kewajibannya, seperti pelajar yang akan lalai membuat tugas yang telah diberikan.

3) Kurang respon dengan lingkungan sekitarnya

Sehingga berakibat kurang bermasyarakat di kehidupan nyata. Para pengguna *game online* akan membuat seseorang lebih menyendiri, agar fokus bermain game.

4) Pikiran akan selalu tertuju pada game yang sering dimainkannya

Lebih bahaya lagi jika masih menduduki bangku sekolah, karena dia tidak akan fokus belajar.

5) Pemborosan baik segi waktu maupun ekonomi

Bagi mereka yang candu dalam menggunakan *game online*. Bermain *game online* dapat menyita waktu 3-6 jam perharinya, jika dibuat hal yang positif, pastinya akan mendapat hasil yang baik, permainan ini juga merogok-kocek kantong para pengguna pasalnya pakatnya harus banyak demi bisa memainkan permainan kesayangan mereka, dan juga memiliki headphone yang lebih canggih, agar dalam memainkan game ini lancar dan tidak terkendala, sehingga rasa candunya terobat.

6) Penglihatan bisa terganggu

Pemain game online yang berlebihan akan lebih cepat terganggu penglihatannya dibandingkan dengan orang yang jarang memainkannya, karena mereka memainkannya dengan waktu yang cukup lama, sehingga mata merasa lelah dan akan membuat penglihatan seseorang akan menurun.

### C. *Self Regulation*

#### 1. *Definisi Self Regulation*

Asal dari kata *self regulation* dari bahasa Inggris yaitu *self* yang memiliki arti diri dan *regulation* adalah terkelola. Akar teori *self regulation* berasal dari teori yang dicetuskan oleh Albert Bandura yakni teori sosial kognitif. Dalam teori ini, menjabarkan bahwa kepribadian dari seseorang dibentuk oleh perilaku, lingkungan, dan kognitif. Kontrol untuk bermacam-macam stimulus dari luar dinamakan *self regulation* (Manab, 2016:8). Bandura (dalam Alwisol, 2011:301) mendefinisikan *self regulation* yaitu sesuatu kemampuan yang ada pada manusia berbentuk kemampuan berpikir dengan kemampuan tersebut manusia mampu memanipulasi lingkungan sehingga terjadi perubahan yang diakibatkan aktivitas tersebut. Bandura memberikan konsep bahwa manusia sebagai pribadi yang bisa menata dirinya sendiri (*self regulation*) mempengaruhi tingkah laku dengan mengatur lingkungan, membuat dukungan kognitif, membuat konsekuensi untuk tingkah lakunya sendiri (Alwisol, 2017:300).

Menurut Santrock (2008:96) *self regulation* yaitu memunculkan dan memantau sendiri perasaan, pikiran dan perilaku agar tercapainya sesuatu tujuan. Tujuan ini mungkin dapat berupa tujuan akademik (seperti meningkatkan pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menghitung yang baik, menjadi penulis yang baik, dan belajar bagaimana memberikan pertanyaan yang relevan) atau tujuan

*sosioemosional* (belajar mengontrol marah, belajar akrab dengan teman baru). Menurut Zimmerman (1989:4) *self-regulated learning* merupakan kemampuan individu menjadi siswa yang aktif dalam metakognitif, motivasional, dan berperilaku saat proses pembelajaran. Metakognitif diartikan sebagai individu dapat mengorganisasikan, merencanakan, mengintruksi, mengevaluasi, dan memonitor diri sendiri pada saat proses belajar. Motivasional diartikan sebagai individu merasa dirinya memiliki kompetensi, kepercayaan diri (*self-efficacy*) dan mandiri. Behavioral diartikan sebagai individu mampu menyusun, menata, dan menyeleksi lingkungan agar lebih optimal dalam proses belajar (Fasikhah & Fatimah, 2013:147).

Menurut Friskilia dan Winata (2018:40) *self regulation* merupakan suatu proses yang ada dalam diri siswa yang bisa mengendalikan serta mengelola pikiran, perasaan, kemauan, serta menetapkan tindakan yang ingin dilakukan. Tidak hanya itu siswa pula bisa mengendalikan pencapaian serta tindakan dari perencanaan tindakan tersebut, sampai berikutnya siswa dapat mengevaluasi kesuksesan, memberikan penghargaan atas apa yang dicapainya, serta siswa dapat merencanakan target prestasi yang lebih besar. Menurut Pintrich (2004, dalam Cahyani dkk., 2019:118) *self regulation* adalah kemampuan untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan partisipasi aktif dalam metakognisi, motivasi, dan perilaku. Sedangkan menurut Carey dkk. (2004, dalam Pratiwi & Wahyuni, 2019:) *self regulation* merupakan keterampilan seorang dalam memusatkan tingkah laku untuk meraih tujuan serta memungkinkan orang tersebut agar menunda kepuasan jangka pendek guna mencapai hasil yang diimpikan pada waktu mendatang. Seorang yang memiliki *self regulation* mampu menerima informasi yang didapat terkait tujuan yang ia miliki, dapat mengevaluasi, mempunyai keinginan untuk berubah, dapat mencari opsi perubahan dari tingkah laku, dan mampu menilai keefektifan dari perubahan tingkah laku.

Berdasar dari definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa *self regulation* adalah kemampuan metakognitif seseorang dalam hal ini mengatur, mengelola pikiran, perasaan, penetapan tindakan, dan memunculkan motivasi serta kemampuan menunda kepuasan jangka pendek agar tercapainya tujuan.

## **2. Aspek-Aspek *Self Regulation***

Menurut Zimmerman (1989:329) terdapat tiga aspek yang mempengaruhi *Self regulation* yaitu:

### **a. Metakognisi**

Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.

b. Motivasi

Motivasi merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada diri individu yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi yang dimiliki dalam aktivitas belajar. Motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu.

c. Perilaku

Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar.

Menurut Straight dkk. (2001:457-458) terdapat lima aspek yang mempengaruhi *self regulation* yaitu:

a. Memperhatikan

Kemampuan siswa memberikan perhatian kepada guru saat diberi instruksi atau penjelasan.

b. Mencari Instruksi

Kemampuan siswa mencari informasi maupun bertanya kepada guru ataupun teman

c. Monitoring

Kemampuan siswa meninjau, mencari kesalahan, mengoreksi, serta merangkai strategi

d. Keterlibatan Dalam Kelas

Kemampuan siswa berperan aktif dalam kelas, seperti diskusi ataupun menjawab pertanyaan yang diberikan guru dan teman.

e. *Metacognitive talk*

Kemampuan siswa memahami dan menyadari proses kognitif maupun pikiran tentang berpikir

Berdasarkan beberapa teori yang dikemukakan oleh para ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan aspek-aspek *self regulation* yaitu meta kognisi, mencari instruksi, motivasi, perilaku, perhatian, monitoring, keterlibatan dalam kelas dan *metacognitive talk*.

### 3. Faktor-Faktor *Self Regulation*

Menurut Alwisol (2017:301-302) ada dua faktor yang dapat mempengaruhi *self regulation* yaitu:

#### 1) Faktor Eksternal

- Pertama, dengan memberi standar khusus bagi dirinya sendiri untuk mengevaluasi tingkah laku yang diperoleh dari hasil interaksi. Lingkungan akan berinteraksi diri, membuat standar evaluasi dalam diri seseorang. Melalui orang tua ataupun guru anak akan belajar baik dan buruk, tingkah yang diinginkan dan tidak diinginkan.
- Kedua, *self regulation* dipengaruhi faktor eksternal dalam bentuk penguatan (*reinforcement*). Hadiah intrinsik tidak selalu dapat memberikan kepuasan, seseorang membutuhkan dorongan yang datang dari lingkungan eksternal. standar tingkah laku serta penguatan lazimnya bekerja sama. Saat orang mencapai standar tingkah laku, diperlukan penguatan untuk tingkah laku sebagai pilihan untuk dilakukan lagi.

#### 2) Faktor Internal

Menurut Bandura terdapat tiga faktor *self regulation*, yaitu:

- Observasi diri (*self observation*).  
Berdasar pada faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, keaslian tingkah laku. Seseorang harus dapat memonitor kinerjanya walau tidak terlalu sempurna dikarenakan seseorang cenderung memiliki pilihan pada beberapa aspek dan tingkah laku serta mengabaikan tingkah laku lainnya. Namun, apa yang di observasi oleh dirinya tergantung minat dan konsepnya.
- Proses penilaian atau mengadili tingkah laku (*judgmental process*).  
Sudut pandang dirinya terhadap tingkah laku sesuai standar pribadi, membandingkan tingkah lakunya sesuai dengan norma yang ada ataupun sesuai dengan tingkah laku orang lain, penilaian berdasar pentingnya suatu kegiatan, dan memberi keputusan pada dorongannya.
- Reaksi-diri-afektif (*self response*).  
Berdasar observasi diri dan judgement itu, seseorang mengevaluasi diri melihat dari segi positif ataupun negatif lalu memberi *reward* atau *punishment* pada dirinya. Bisa jadi reaksi afektif tidak muncul karena kognitif memberi keseimbangan yang berpengaruh terhadap evaluasi positif atau negatif sehingga menjadi kurang bermakna bagi individu.

Menurut Zimmerman dan Pons (1990, dalam Ghufron & Risnawati 2014) ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi *self regulation* yaitu:

1) Individu

- Pengetahuan individu  
Semakin bermacam-macam dan semakin banyaknya pengetahuan yang dimiliki individu akan semakin memudahkan siswa saat melakukan regulasi.
- Tingkat kemampuan metakognisi  
Semakin tinggi tingkat metakognisi siswa maka akan mempermudah proses pengelolaan diri.
- Tujuan yang ingin dicapai  
Makin banyak serta semakin kompleks tujuan yang ingin diraih maka akan semakin besar kemungkinan individu melakukan *self regulation*.

2) Perilaku

Merupakan upaya yang dilakukan berdasarkan kemampuan individu yang dimiliki. Makin optimal dan besar upaya yang digunakan individu dalam mengorganisasikan dan mengatur kegiatan akan meningkatkan regulasi dirinya.

Dalam perilaku ada tiga tahap yang berhubungan dengan regulasi diri atau *self regulation*, di antaranya:

- *Self Abservation*  
*Self abservation* berhubungan dengan respon individu, merupakan tahapan individu akan melihat diri dan perilakunya (performansinya).
- *Self Judgment*  
*Selfjudgement* ialah tahapan individu membandingkan perilaku dan standar yang telah dilakukan terhadap standar ataupun tujuan yang telah dibuat dan ditetapkannya. Melalui upaya membandingkan perilaku, individu bisa membuat evaluasi terhadap perilakunya yang telah dilakukan sehingga mengetahui letak kekuatan dan kelemahannya.
- *Self Reaction*  
*Self reaction* ialah tahapan proses penyesuaian diri dan merencanakan untuk meraih tujuan ataupun standar yang sudah dibuat dan ditetapkan.

3) Lingkungan

Bergantung pada lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

Menurut Bandura (1986, dalam Cobb, 2003:23-30) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *self regulation* yaitu:

1) Efikasi diri (*Self-Efficacy*)

*Self-efficacy* mengacu pada keyakinan pribadi tentang kemampuan belajar seseorang atau melakukan keterampilan pada tingkat yang ditentukan.

2) Motivasi

Motivasi adalah perilaku yang diarahkan pada tujuan dihasut oleh ekspektasi mengenai hasil yang diantisipasi dari tindakan dan kemandirian untuk melakukan tindakan tersebut.

3) Tujuan

Keyakinan dan proses pengaturan diri bekerja bersama dalam sebuah cara yang saling bergantung dan di mediasi oleh tujuan. Tujuan seseorang dapat meningkatkan *self-efficacy* individu dalam menyelesaikan tugas yang mencakup elemen yang ambigu atau baru.

Berdasar teori-teori di atas, dapat disimpulkan faktor-faktor *self regulation* ialah faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi standar pribadi, penguatan (*reinforcement*), lingkungan. Sedangkan faktor internal meliputi *self-efficacy*, motivasi, observasi diri, penilaian diri, reaksi diri afektif, pengetahuan, kemampuan metakognisi, tujuan, *self observation*, *self judgement*, dan *self reaction*.

#### 4. *Self Regulation* Dalam Islam

Agama mengandung ajaran *self regulation* yang sangat rinci dan detail. Agama islam misalnya, mengatur secara detail perilaku pengikutnya. Setiap memulai aktivitas dianjurkan untuk membaca basmalah dan berdoa; sebelum tidur dianjurkan untuk berwudu, membaca surat pendek, menghadap kiblat dan miring ke sebelah kanan, dan berdoa baik sebelum maupun sesudah tidur; sebelum dan setelah makan dianjurkan untuk berdoa, makan hanya saat merasa lapar, berhenti sebelum kenyang, saat makan dianjurkan menggunakan tangan kanan, sambil duduk, tidak berbicara, dan mengunyah makanan dalam hitungan tertentu dan ganjil (Rahman, 2018:69).

Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Hasyr ayat 18 yang menjelaskan tentang regulasi diri:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَانْتظِرُوا لِلْعَذَابِ أَهْلًا وَأَنْتُمْ أَلْفَاءُ لِلَّهِ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ

*Wahai orang-orang yang beriman! bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya, Allah Maha teliti terhadap apa yang kamu kerjakan.* (Kementerian Agama, 2003)

Dalam ayat ini, menekankan pentingnya perencanaan yang baik untuk diri manusia atas segala sesuatu tindakan selama ada di dunia sehingga ia akan mendapat keselamatan di akhirat. Manusia diharuskan mampu berintrospeksi diri mengawasi segala tindakan yang akan dilakukan pada masa mendatang sehingga manusia diharuskan mempunyai perencanaan agar dirinya dapat hidup terarah dan tidak jatuh pada lubang yang sama (Al Fairuzzabadi, 2014:21).

#### **D. Hubungan Variabel X dan Y**

##### **1. Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Onlinedan Self regulation* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang**

Motivasi belajar merupakan daya penggerak ataupun pendorong yang ada pada diri manusia untuk memicu aktivitas belajar agar tujuan yang diinginkan dapat tercapai. Dalam proses belajar peran motivasi belajar sangat diperlukan karena individu tidak akan melaksanakan aktivitas belajar tanpa adanya motivasi belajar. Motivasi memicu gairah, semangat, dan perasaan senang untuk melakukan aktivitas belajar. Semakin besar motivasi yang dimilikinya maka akan semakin besar juga energi yang dimiliki untuk belajar (Djamarah, & Setyowati, 2007 dalam Husna, Normelani, & Adyatma:11). Namun sebaliknya, siswa yang kurang dalam motivasi belajar, maka siswa tersebut akan memperlihatkan kemalasan, mudah bosan, dan mencoba menghindar dari aktivitas belajar (Kasim & Sainudin, 2019:40).

Kurangnya motivasi belajar sering menjadi permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Salah satu penyebab dari kurangnya motivasi tersebut adalah karena intensitas bermain game online yang cukup tinggi. Bermain *game* dengan intensitas dan frekuensi tinggi bisa memberi efek samping kecanduan dan ketergantungan. Sehingga berakibat pada individu yang terus tertantang dan menekuninya. Seseorang yang bermain game memerlukan konsentrasi, maka dampak yang ditimbulkan pada psikologis ialah akan semakin merasa penasaran sehingga mengabaikan apa saja demi memenangkan *game* tersebut. Siswa yang memiliki intensitas yang tinggi menjadi sering lupa dengan kewajiban sebagai siswa. Ia tidak peduli dengan tugasnya. Jika hal ini dibiarkan akan menjadi kebiasaan dan mengakibatkan mereka akan malas melakukan apapun (Ondang dkk., 2020:3).

Untuk memperkuat pernyataan di atas, berdasarkan penelitian yang dtelah dilaksanakan oleh Husna dkk. (2017) yang meneliti tentang hubungan intensitas bermain *game online* terhadap motivasi belajar siswa SMP di kecamatan Banjarmasin

Barat terdapat hubungan yang signifikan. Hubungan tersebut dapat dilihat dari taraf koefisien korelasi sebanyak 0,6733 lebih besar dari  $r_{tabel5\%}$  dan 1% sebanyak 0,1128 dan 0,1478. Artinya bahwa semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka akan semakin rendah dan juga ketika semakin rendah intensitas bermain *game online* maka akan semakin tinggi motivasi belajar siswa.

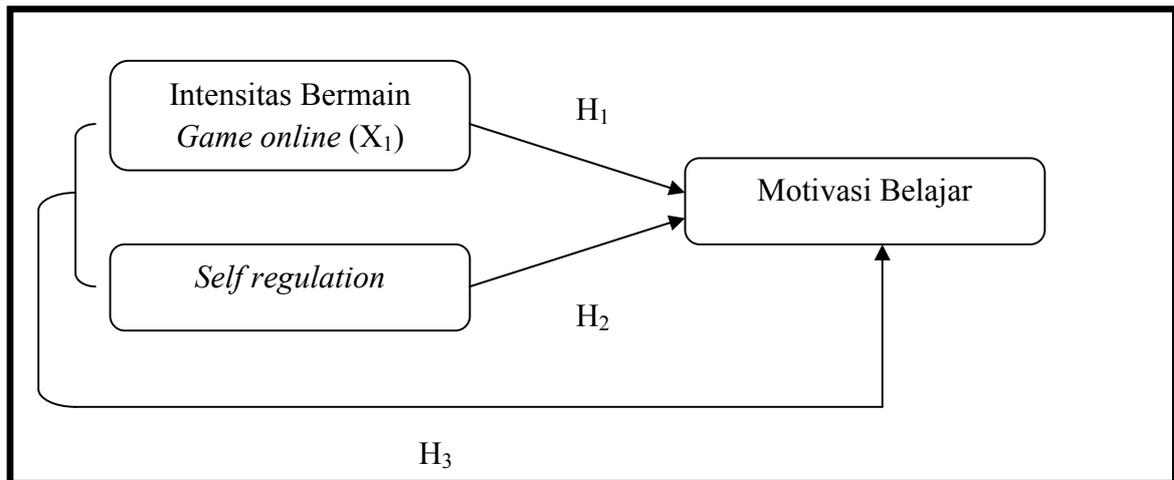
Sedangkan *Self regulation* yaitu memunculkan dan memantau sendiri perasaan, pikiran dan perilaku agar tercapainya sesuatu tujuan. Tujuan ini mungkin dapat berupa tujuan akademik (seperti meningkatkan pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menghitung yang baik, menjadi penulis yang baik, dan belajar bagaimana memberikan pertanyaan yang relevan) atau tujuan *sosioemosional* (belajar mengontrol marah, belajar akrab dengan teman baru). (Santrock, 296:2008). *Self regulation* digambarkan sebagai sebuah siklus, hal ini dikarenakan timbal balik dari tingkah laku sebelumnya digunakan untuk membuat penyesuaian sebagai usaha saat itu. Penyesuaian seperti ini dibutuhkan karena faktor-faktor personal, lingkungan, dan tingkah laku secara kontinu berubah selama proses belajar dan berperilaku. Faktor-faktor tersebut juga harus diobservasi dengan timbal balik yang mengarah pada dirinya (Susanto, 2006:66-67).

*Self regulation* memiliki hubungan erat dengan motivasi. Menurut Albert Bandura (1986, dalam Cobb, 2003:23-30) motivasi dan *self regulation* berpengaruh terhadap bagaimana dan mengapa individu belajar dengan baik. Sehingga individu yang mempunyai motivasi tinggi cenderung mampu menentukan tujuan belajar lebih tinggi pada dirinya dan mampu mendesain aktivitas-aktivitas belajar atas inisiatif sendiri, mampu mengembangkan observasi diri, dan mampu mengevaluasi diri dalam belajar. Untuk memperkuat pernyataan di atas, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Erlina (2019:48) yang meneliti tentang hubungan antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa SMA di SMAN 2 Rembang terbukti dengan nilai  $r_{xy} = 0,403$   $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) artinya terdapat hubungan antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa.

## 2. Kerangka Berpikir

Sesuai landasan teori di atas, maka dapat disusun kerangka berpikir untuk menggambarkan serta mengilustrasikan bagaimana alur berpikir dan alur hubungan antar variabel.

**Gambar 3**  
Kerangka Berpikir



### E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara dalam permasalahan penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data (Sugiyono, 2019:99-100). Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, dan landasan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H<sub>1</sub> : Ada Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game online* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

H<sub>2</sub> : Ada Hubungan Antara *Self Regulation* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

H<sub>3</sub> : Ada Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game online* dan *Self regulation* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan penelitian yang banyak menuntut penggunaan angka, dimulai dari pengumpulan data, penafsiran data tersebut, menampilkan hasilnya (Siyoto & Sodik, 2015:17). Sedangkan penelitian ini menggunakan metode *korelasional*. Metode *korelasional* yaitu metode yang digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 1998:251). Sehingga bisa disebutkan jika metode *korelasional* yaitu peneliti akan melihat hubungan antar variabel (Elian, dkk. 2018:64). Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengukur sejauh mana hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar.

#### **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

##### **1. Variabel Penelitian**

Variabel Penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2019:68). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel penelitian, yaitu:

##### **a. Variabel Independen (X)**

Variabel independen dalam bahasa indonesia sering disebut variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2019:69). Dalam penelitian ini, variabel independen atau variabel bebas adalah intensitas bermain *game online* dan *self regulation*.

##### **b. Variabel Dependen (Y)**

Variabel dependen dalam bahasa indonesia sering disebut dengan variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2019:69). Dalam penelitian ini, variabel dependen atau terikat adalah motivasi belajar.

##### **2. Definisi Operasional**

##### **a. Motivasi Belajar**

Motivasi belajar adalah dorongan, daya penggerak, atau energi yang berada dalam diri maupun luar dalam melakukan aktivitas belajar agar tercapainya tujuan dari belajar tersebut. Variabel motivasi belajar diukur menggunakan skala motivasi belajar yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek motivasi belajar yang dikemukakan oleh Keller (1987). Aspek-aspek tersebut meliputi perhatian, relevansi, percaya diri, kepuasan. Semakin tinggi skor yang didapatkan, maka menandakan semakin tinggi pula motivasi belajar siswa. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat menandakan semakin rendah motivasi belajar siswa.

**b. Intensitas Bermain *Game online***

Intensitas bermain game online adalah seberapa sering seseorang dan seberapa lama seseorang memainkan *game* yang berbasis *online* dengan perhatian penuh dan perasaan senang maupun sedih saat memainkannya. Variabel intensitas bermain *game online* diukur dengan menggunakan skala intensitas bermain *game online* yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Chaplin (2004, dalam Haqq, 2016). Aspek-aspek tersebut meliputi frekuensi bermain *game online*, durasi, perhatian penuh, dan emosi. Semakin tinggi skor yang didapatkan, maka menandakan semakin tinggi intensitas bermain *game online* siswa. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat maka menandakan semakin rendah pula intensitas bermain *game online* siswa.

**c. *Self regulation***

*Self regulation* merupakan kemampuan metakognitif seseorang dalam hal ini mengelola pikiran, perasaan, penetapan tindakan, dan memunculkan motivasi serta kemampuan menunda kepuasan jangka pendek agar tercapainya tujuan. Variabel *self regulation* diukur menggunakan skala *self regulation* yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989). Aspek-aspek tersebut meliputi metakognitif, motivasi, dan perilaku. Semakin tinggi skor yang didapatkan, maka menandakan semakin tinggi *self regulation* siswa. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat maka menandakan semakin rendah pula *self regulation* siswa.

**C. Tempat dan Waktu Penelitian**

## 1. Tempat Penelitian

Tempat akan dilaksanakannya penelitian ini adalah di MTs NU 01 Gringsing yang beralamat di Jl. Raya Lama No. 2B Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang Provinsi Jawa Tengah.

## 2. Waktu Penelitian

Waktu dimana penelitian ini dilaksanakan yaitu pada bulan Agustus sampai dengan bulan Oktober 2021.

## D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

### 1. Populasi

Populasi merupakan wilayah untuk generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2019:126). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MTs NU 01 Gringsing yang berjumlah 236. Berikut merupakan perincian jumlah siswa di MTs NU 01 Gringsing yang diperoleh dari kesiswaan MTs NU 01 Gringsing.

**Tabel 1**

Jumlah Siswa MTs NU 01 Gringsing

| <b>Kelas</b>  | <b>Jumlah</b> |
|---------------|---------------|
| VII A         | 30            |
| VII B         | 31            |
| VIII A        | 27            |
| VIII B        | 28            |
| VIII C        | 29            |
| IX A          | 29            |
| IX B          | 32            |
| IX C          | 30            |
| <b>Jumlah</b> | <b>236</b>    |

### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya (Siyoto & Sodik, 2015:64).

Sampel dalam penelitian ini diambil dari perhitungan sampel dari suatu populasi berdasarkan rumus perhitungan oleh Slovin:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

n = besaran sampel

N = besaran populasi

E = toleransi eror

Dalam rumus Slovin memberi kebebasan untuk menentukan nilai batas kesalahan (Artha dkk., 2019:57). Sehingga peneliti menentukan tingkat sampling eror sejumlah 5%. Sampling eror merupakan tingkat presisi atau kesalahan suatu sampel (Sugiyono: 2019:135). Dapat diartikan bahwa ketika sampel yang diambil berjumlah 100 orang, terdapat 5 sampel yang salah atau tidak representatif. Dalam pengambilan sampel, kesalahan ditetapkan terlebih dahulu (Sugiyono, 2019:136).

Jumlah populasi telah diketahui, sehingga sampel dapat diambil melalui perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$n = \frac{236}{1+236(0,05)^2}$$

$$n = \frac{236}{1+236(0,0025)}$$

$$n = \frac{236}{1+0,59}$$

$$n = \frac{236}{1,59}$$

$$n = 148,4$$

$$n = 148$$

Berdasarkan perhitungan di atas, jika populasi berjumlah 236 siswa, maka sampel berjumlah 148 siswa.

### 3. Teknik Sampling

Teknik Sampling yaitu merupakan teknik pengambilan sampel. Terdapat berbagai macam teknik sampling untuk menentukan sampel yang akan dipakai dalam penelitian (Siyoto & Sodik, 2015:65). Metode yang digunakan dalam penelitian ini tergolong dalam jenis *non probability sampling*. *Non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2019:129). Sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. *Accidental*

*sampling* adalah suatu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dipakai sebagai sampel, jika dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok untuk dijadikan sebagai sumber data (Siyoto & Sodik, 2015:66). Dengan pertimbangan bahwa saat pengambilan data menggunakan google formulir sebagai alat bantu, sehingga peneliti tidak mampu untuk mengendalikan subjek yang mengisi ataupun tidak. Ini sesuai dengan pendapat yang diutarakan oleh Fauzi (2009:195) bahwa pengambilan data menggunakan polling sesuai dengan teknik *accidental sampling*.

## F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menggunakan skala. Skala merupakan alat yang digunakan untuk mengukur variabel atau perilaku menggunakan pendekatan kuantitatif yang memiliki hasil akhir berupa angka atau skor (Saifuddin, 2020:20). Dengan menggunakan skala pengukuran ini, maka nilai variabel yang diukur dengan instrumen tertentu dapat dinyatakan dengan angka sehingga akan lebih akurat, efisien dan komunikatif (Sugiyono. 2019:145). Skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala likert merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala likert maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan ataupun pertanyaan. Jawaban dari skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif (Sugiyono, 2019:145).

**Tabel 2**

Rentang Pengukuran Sikap Favourable (Syahrums & Salim, 2014:150)

| <b>Kategori Jawaban</b>   | <b><i>Favourable</i></b> | <b><i>Unfavourable</i></b> |
|---------------------------|--------------------------|----------------------------|
| (SS) Sangat setuju        | 4                        | 1                          |
| (S) Setuju                | 3                        | 2                          |
| (TS) Tidak setuju         | 2                        | 3                          |
| (STS) Sangat tidak setuju | 1                        | 4                          |

Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Skala Motivasi Belajar

Skala motivasi belajar mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Keller (1987) yang disesuaikan dengan siswa MTs. Aspek-aspek tersebut meliputi perhatian, relevansi, percaya diri, kepuasan.

**Tabel 3**

*Blue Print* Pengukuran Motivasi Belajar

| <b>Aspek</b>                        | <b>Indikator</b>   | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | <b>Jumlah</b> |
|-------------------------------------|--|------------------|--------------------|---------------|
| <i>Attention</i><br>(perhatian)     | Perhatian terhadap pembelajaran  | 1, 2, 3          | 7, 8, 9            | 6             |
|                                     | Minat untuk belajar  | 4, 5, 6          | 10, 11, 12         | 6             |
| <i>Relevance</i><br>(relevansi)     | Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan manfaat pada kehidupan sehari-hari.    | 13, 14, 15       | 16, 17, 18         | 6             |
|                                     | Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan aplikasinya pada kehidupan sehari-hari | 19, 20, 21       | 25, 26, 27         | 6             |
| <i>Confidence</i><br>(percaya diri) | Keyakinan diri siswa saat belajar  | 22, 23, 24       | 28, 29, 30         | 6             |
|                                     | Keyakinan diri siswa saat menyelesaikan masalah  | 31, 32, 33       | 34, 35, 36         | 6             |
| <i>Satisfaction</i><br>(kepuasan)   | Puas setelah memecahkan permasalahan dalam belajar   | 37, 38, 39       | 43, 44, 45         | 6             |
|                                     | Puas setelah berhasil meraih tujuan  | 40, 41, 42       | 46, 47, 48         | 6             |
| Jumlah                              |  | 24               | 24                 | 48            |

**2. Skala Intensitas Bermain Game**

Skala intensitas bermain game mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Chaplin (2006, dalam Haqq, 2016) yang disesuaikan dengan siswa MTs. Aspek-aspek tersebut meliputi frekuensi, durasi, perhatian penuh, dan emosi.

**Tabel 4**

*Blue Print Intensitas Bermain Game Online*

| <b>Aspek</b> | <b>Indikator</b>                           | <b>No item</b> | <b>Jumlah</b> |
|--------------|--|----------------|---------------|
| Frekuensi    | Seberapa sering bermain <i>game online</i> | 1, 2           | 2             |
| Durasi       | Lama waktu bermain <i>game online</i>      | 3,4            | 2             |
| Jumlah       |  |                | 4             |

**Tabel 5**

*Blue Print Intensitas Bermain Game Online*

| <b>Aspek</b>    | <b>Indikator</b>   | <b>Favorable</b> | <b>Unfavorable</b> | <b>Jumlah</b> |
|-----------------|--|------------------|--------------------|---------------|
| Perhatian penuh | Tidak mau melakukan aktivitas yang lain saat bermain <i>game</i> | 1, 2,3,4         | 5, 6, 7,8          | 8             |
|                 | Tidak memperdulikan lingkungan sekitar                           | 9,10,11,12       | 13,14,15,16        | 8             |
| Emosi           | Rasa senang saat bermain <i>game online</i>                      | 17,18,21, 22     | 19,20, 23, 24      | 8             |
|                 | Rasa sedih saat bermain <i>game</i>                              | 25, 26, 27,28    | 29, 30, 31, 32     | 8             |

|        |               |  |  |    |
|--------|---------------|--|--|----|
|        | <i>online</i> |  |  |    |
| Jumlah |               |  |  | 32 |

### 3. Skala *Self Regulation*

Skala *self regulation* mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989) yang disesuaikan dengan siswa MTs. Aspek-aspek tersebut meliputi metakognisi, motivasi, dan perilaku.

**Tabel 6**  
*Blue Print Self Regulation*

| <b>Aspek</b> | <b>Indikator</b>  | <b><i>Favorable</i></b> | <b><i>Unfavorable</i></b> | <b>Jumlah</b> |
|--------------|---|-------------------------|---------------------------|---------------|
| Metakognisi  | Merencanakan aktivitas belajar  | 1, 2, 3                 | 7, 8, 9                   | 6             |
|              | Memonitor aktivitas belajar   | 4, 5, 6                 | 10, 11, 12                | 6             |
|              | Mengevaluasi aktivitas belajar  | 16, 17, 18              | 13, 14, 15                | 6             |
| Motivasi     | Keinginan untuk melakukan aktivitas belajar                               | 19, 20, 21              | 22, 23, 24                | 6             |
|              | Keinginan menyelesaikan tugas   | 25, 26, 27              | 28, 29, 30                | 6             |
|              | Keinginan menambah pengetahuan  | 31, 32, 33              | 37, 38, 39                | 6             |
| Perilaku     | Upaya individu untuk mengatur lingkungan agar mendukung aktivitas belajar | 34, 35, 36              | 40, 41, 42                | 6             |
|              | Upaya individu memanfaatkan   | 43, 44, 45              | 46, 47, 48                | 6             |

|        |   |            |            |    |
|--------|---|------------|------------|----|
|        | lingkungan agar mendukung aktivitas belajar                           |            |            |    |
|        | Upaya individu menyeleksi lingkungan agar mendukung aktivitas belajar | 49, 50, 51 | 52, 53, 54 | 6  |
| Jumlah |   | 27         | 27         | 54 |

## G. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi. sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto, 1998:160). Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam mengumpulkan data, diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel. Instrumen yang valid merupakan syarat mutlak untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid dan reliabel. Namun, menggunakan instrumen yang valid dan reliabel tidak berarti data penelitian menjadi valid dan reliabel. Hal ini masih dipengaruhi oleh kondisi subjek yang diteliti dan kemampuan orang yang menggunakan instrumen (Sugiyono, 2019:176).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan validitas isi (content). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgement* (penilaian ahli) (Hendryadi, 2017:171). Dalam penelitian ini, *expert judgement* dilakukan oleh dua dosen pembimbing.

Perhitungan validitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS dapat dilihat dari nilai koefisien validitas masing-masing butir pernyataan item. Menurut azwar (Azwar, 2015:95) standar yang digunakan untuk menentukan validitas item sebesar  $\geq 0,30$ . Apabila koefisien validitas kurang dari 0,30 maka butir item dinyatakan kurang valid. Sedangkan jika lebih dari 0,30 maka butir item valid dan dapat digunakan.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas memiliki arti bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah cukup baik (Arikunto, 1998:170). Instrumen dapat dipercaya jika dalam beberapa kali pengukuran terhadap subjek yang sama akan diperoleh hasil yang relatif sama, dengan catatan aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah (Matondang, 2019:93). Reliabilitas berkaitan dengan keterandalan suatu indikator. Informasi yang ada pada indikator ini tidak berubah-ubah, atau yang disebut dengan konsisten. Artinya, bila suatu pengamatan dilakukan dengan perangkat ukur yang sama lebih dari satu kali, hasil pengamatan itu (seharusnya) sama. Bila tidak sama, dikatakan perangkat ukur tersebut tidak reliabel (Priyono, 2008:91). Penghitungan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS teknik *Alfa Cronbach* (Arikunto, 1998:193).

Menurut Devellis (2003, dalam Saifuddin, 2020:207) beberapa batasan menggunakan rumus *Alfa Cronbach* meliputi:

- 1) Dibawah 0,60 tidak dapat diterima
- 2) Antara 0,60 sampai 0,65 dapat diterima tapi kurang memuaskan
- 3) Antara 0,65 sampai 0,70 dapat diterima secara minimal
- 4) Antara 0,70 sampai 0,80 dapat diterima
- 5) Antara 0,80 sampai 0,90 sangat baik
- 6) Jauh di atas 0,90 sebaiknya skala yang disusun diperpendek.

## H. Hasil Uji Coba Alat Ukur

### 1. Validitas Alat Ukur

#### a. Motivasi Belajar

Skala motivasi belajar yang digunakan dalam uji coba berjumlah 48 aitem. Responden dalam penelitian ini adalah siswa MTs NU 01 Gringsing yang berjumlah 50 orang. Dilihat dari hasil *Corrected Item-Total Correlation* item yang dinyatakan valid berjumlah 34 aitem, aitem yang dinyatakan gugur berjumlah 14 karena nilai  $R \leq 0,30$ . Adapun aitem yang gugur dalam skala motivasi belajar adalah 4, 12, 19, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 38, 42, 43, 45, 48.

Berikut merupakan *blue print* skala motivasi belajar yang akan digunakan alat ukur selanjutnya dalam penelitian ini.

**Tabel 7**

*Blue print* skala setelah dilakukan *try out* motivasi belajar

| No.          | Aspek        | <i>Favourable</i>        | <i>Unfavourable</i>       | Jumlah    |
|--------------|--------------|--------------------------|---------------------------|-----------|
| 1.           | Perhatian    | 1, 2, 3, 4*, 5,6         | 7, 8, 9, 10, 11, 12*      | 12        |
| 2.           | Relevansi    | 13, 14, 15, 19*, 20, 21  | 16, 17, 18, 25*, 26*, 27  | 12        |
| 3.           | Percaya diri | 22, 23*, 24*, 31, 32, 33 | 28*, 29*, 30, 34, 35, 36  | 12        |
| 4.           | Kepuasan     | 37, 38*, 39, 40, 41, 42* | 43*, 44, 45*, 46, 47, 48* | 12        |
| <b>Total</b> |              | <b>24</b>                | <b>24</b>                 | <b>48</b> |

Keterangan: \*aitem gugur

**Tabel 8**

Perubahan Nomor Aitem Pada Skala Motivasi Belajar

| No.          | Aspek        | <i>Favourable</i>  |                        | <i>Unfavourable</i> |                        | Jumlah    |
|--------------|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|------------------------|-----------|
|              |              | Nomor item valid   | Nomor item dalam skala | Nomor item valid    | Nomor item dalam skala |           |
| 1.           | Perhatian    | 1, 2, 3, 5,6       | 18, 20, 22, 1, 16      | 7, 8, 9, 10, 11     | 4, 5, 21, 3, 19        | 10        |
| 2.           | Relevansi    | 13, 14, 15, 20, 21 | 2, 17, 32, 13, 15      | 16, 17, 18, 27      | 23, 24, 33, 14         | 9         |
| 3.           | Percaya diri | 22, 31, 32, 33     | 30, 8, 11, 34          | 30, 34, 35, 36      | 7, 27, 29, 6           | 8         |
| 4.           | Kepuasan     | 37, 39, 40, 41,    | 9, 12, 25, 34          | 44, 46, 47          | 26, 28, 30             | 7         |
| <b>Total</b> |              | <b>18</b>          |                        | <b>16</b>           |                        | <b>34</b> |

b. Intensitas bermain *game online*

Skala intensitas bermain game online yang digunakan dalam uji coba berjumlah 36 aitem. Responden dalam penelitian ini adalah siswa MTs NU 01 Gringsing yang berjumlah 50 orang. Dilihat dari hasil Corrected Item-Total Correlation item yang dinyatakan valid berjumlah 23 aitem, aitem yang dinyatakan gugur berjumlah 13 karena nilai  $R \leq 0,30$ . Adapun aitem yang gugur dalam skala intensitas bermain game online adalah 4, 5, 6, 11, 12, 15, 20, 21, 23, 24, 29, 30, 31 Berikut merupakan blue print skala intensitas bermain game online yang akan digunakan alat ukur selanjutnya dalam penelitian ini.

**Tabel 9**

*Blue print* skala setelah dilakukan *try out* intensitas bermain *game online*

| No.          | Aspek           | <i>Favourable</i>               | <i>Unfavourable</i>                    | Jumlah    |
|--------------|-----------------|---------------------------------|--|-----------|
| 1.           | Frekuensi       | 1,2                             |  | 2         |
| 2.           | Durasi          | 3, 4*                           |  | 2         |
| 3.           | Perhatian Penuh | 1, 2,3,4, 9,10,11*,12*          | 5*, 6*, 7,8,<br>13,14,15*,16           | 16        |
| 4.           | Emosi           | 17,18,21*, 22, 25, 26,<br>27,28 | 19,20*, 23*, 24*, 29*,<br>30*, 31*, 32 | 16        |
| <b>Total</b> |                 | <b>20</b>                       | <b>16</b>                              | <b>36</b> |

Keterangan: \*aitem gugur

**Tabel 10**  
Perubahan Nomor Aitem Pada Skala Intensitas Bermain *Game Online*

| No.          | Aspek           | <i>Favourable</i>          |                             | <i>Unfavourable</i> |                        | Jumlah    |
|--------------|-----------------|----------------------------|-----------------------------|---------------------|------------------------|-----------|
|              |                 | Nomor item valid           | Nomor item dalam skala      | Nomor item valid    | Nomor item dalam skala |           |
| 1.           | Frekuensi       | 1,2                        | 1, 2                        |                     |                        | 2         |
| 2.           | Durasi          | 3                          | 3                           |                     |                        | 1         |
| 3.           | Perhatian Penuh | 1, 2,3,4, 9,10             | 9, 10, 13, 17,<br>2, 6      | 7,8, 13,14, 16      | 11, 15, 4, 5,<br>16    | 11        |
| 4.           | Emosi           | 17,18,22, 25,<br>26, 27,28 | 1, 18, 20, 3,<br>12, 14, 19 | 19, 32              | 8,7                    | 9         |
| <b>Total</b> |                 | <b>16</b>                  |                             | <b>7</b>            |                        | <b>23</b> |

c. *Self Regulation*

Skala self regulation yang digunakan dalam uji coba berjumlah 54 aitem. Responden dalam penelitian ini adalah siswa MTs NU 01 Gringsing yang berjumlah 50 orang. Dilihat dari hasil Corrected Item-Total Correlation aitem yang dinyatakan valid berjumlah 32 aitem, aitem yang dinyatakan gugur berjumlah 22 karena nilai  $R \leq 30$ . Adapun aitem yang gugur dalam skala self regulation adalah 1, 3, 4, 9, 20, 21, 24, 31, 33, 34, 35, 38, 40, 42, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 52, 54.

Berikut merupakan blue print skala self regulation yang akan digunakan alat ukur selanjutnya dalam penelitian ini.

**Tabel 11***Blue print skala setelah dilakukan try out self regulation*

| No.          | Aspek       | Favourable                                | Unfavourable                                | Jumlah    |
|--------------|-------------|---|---|-----------|
| 1.           | Metakognisi | 1*, 2, 3*, 4*, 5, 6, 16,<br>17, 18        | 7, 8, 9*, 10, 11, 12,<br>13, 14, 15         | 18        |
| 2.           | Motivasi    | 19, 20*, 21*, 25, 26,<br>27, 31*, 32, 33* | 22, 23, 24*, 28, 29,<br>30, 37, 38*, 39     | 18        |
| 3.           | Perilaku    | 34*, 35*, 36, 43, 44,<br>45, 49*, 50*, 51 | 40*, 41, 42*, 46*, 47,<br>48*, 52*, 53, 54* | 18        |
| <b>Total</b> |             | <b>27</b>                                 | <b>27</b>                                   | <b>54</b> |

Keterangan: \*aitem gugur

**Tabel 12***Perubahan Nomor Aitem Pada Skala self regulation*

| No.          | Aspek       | Favourable            |                         | Unfavourable                       |                                  | Jumlah    |
|--------------|-------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-----------|
|              |             | Nomor item valid      | Nomor item dalam skala  | Nomor item valid                   | Nomor item dalam skala           |           |
| 1.           | Metakognisi | 2,5, 6, 16, 17,<br>18 | 14, 7, 22, 8,<br>28, 30 | 7, 8, 10, 11,<br>12, 13, 14,<br>15 | 29, 9, 19, 21,<br>23, 10, 11, 27 | 14        |
| 2.           | Motivasi    | 19,25, 26, 27,<br>32, | 2, 16, 18,<br>32, 17    | 22, 23,28,<br>29, 30, 37,39        | 3, 12, 13, 24,<br>26, 4, 26      | 12        |
| 3.           | Perilaku    | 36, 43, 51            | 5, 1, 25                | 41, 47, 53                         | 6, 15, 20                        | 6         |
| <b>Total</b> |             | <b>14</b>             |                         | <b>18</b>                          |                                  | <b>32</b> |

**2. Reliabilitas Alat Ukur**

- a. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala Motivasi Belajar

**Tabel 13**

Reliabilitas Skala Motivasi Belajar

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .891             | 48         |

- b. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala Intensitas Bermain
- Game Online*

**Tabel 14**Reliabilitas Skala Intensitas Bermain *Game Online*

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .819             | 36         |

c. Tabel Perolehan Reliabilitas *Self Regulation*

**Tabel 15**

Reliabilitas Skala *Self Regulation*

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .857             | 54         |

Berdasarkan Uji Reliabilitas yang dilakukan oleh peneliti skor dari reliabilitas motivasi belajar 0,891, intensitas bermain *game online* 0,819, sedangkan *self regulation* 0,857. Maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel tersebut dinyatakan reliabel karena skor koefisien *Cronbach's Alpha*  $\geq 0.6$ .

## I. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal. Distribusi normal adalah distribusi simetris dengan modus, mean dan median berada dipusat (Nuryadi dkk., 2007:79). Pada penelitian ini menggunakan dibantu aplikasi SPSS dengan teknik uji *Kolmogorov-Smirnov*. *Kolmogorov-Smirnov* adalah uji yang memperhatikan tingkat kesesuaian antara distribusi teoritis tertentu. Tes ini menetapkan apakah skor-skor dalam sampel dapat secara masuk akal dianggap berasal dari suatu populasi dengan distributive tertentu itu(Nuryadi dkk., 2007:83).

Menurut Nuryadi dkk. (2007:87) terdapat batasan dalam pengambilan keputusan saat menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* adalah sebagai berikut:

- 1) Nilai Sig. atau signifikasi atau nilai probabilitas  $< 0,05$  maka distribusi adalah tidak normal.
- 2) Nilai Sig. atau signifikasi atau nilai probabilitas  $> 0,05$  maka distribusi adalah normal.

## 2. Uji Linieritas

Uji Linieritas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linier atau tidak. Kriteria yang berlaku jika nilai signifikansi sebesar  $> 0,05$  maka terdapat hubungan yang linear (Sugiyono & Susanto, dalam Dewi & Nathania, 2018:66). Dalam penelitian ini, uji linieritas akan dengan bantuan program SPSS melalui *Test of Linearity*.

## 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis adalah prosedur yang didasarkan pada bukti sampel yang dipakai untuk menentukan apakah hipotesis merupakan suatu pernyataan wajar dan oleh karena itu diterima, atau hipotesis tersebut tidak wajar oleh karena itu harus ditolak (Suharyadi & Purwanto 2011:82). Pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi berganda (multiple correlation). Korelasi ganda digunakan apabila penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan dua atau lebih variabel independen dengan satu variabel dependen. Dengan perkataan lain, variabel independen yang diteliti terdiri dari dua variabel atau lebih. Korelasi ganda merupakan angka yang menunjukkan arah dan kuatnya hubungan antara dua variabel secara bersama-sama atau lebih dengan variabel yang lain yang disebut koefisien korelasi ganda dan biasanya disimbolkan dengan R (Ananda & Fadhl, 2018:234).

**Tabel 16**

Interval koefisien korelasi (Sugiyono, 2015:184)

| Besarnya Nilai r | Interpretasi  |
|------------------|---------------|
| 0,800-1,000      | Sangat tinggi |
| 0,600-0,799      | Tinggi        |
| 0,400-0,599      | Cukup tinggi  |
| 0,200-0,399      | Rendah        |
| 0,000-0,199      | Sangat rendah |

### a. Uji Hipotesis Pertama

Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi sederhana. korelasi sederhana adalah hubungan antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2019:246). Dalam hal ini rumus korelasi yang digunakan adalah *korelasi product moment* yang akan digunakan untuk

mengetahui hubungan antara variabel intensitas bermain *game online* ( $X_1$ ) dengan motivasi belajar (Y).

Menurut Nuryadi dkk. (2007:137) untuk mengetahui keerataan hubungan antara dua buah variabel digunakan ukuran koefisien korelasi ( $r$ ). Besarnya koefisien korelasi ( $r$ ) antara dua buah variabel adalah nol sampai dengan  $\pm 1$ . Apabila dua buah variabel mempunyai nilai  $r = 0$ , berarti antara variabel tersebut tidak ada hubungan. Sedangkan apabila dua buah variabel mempunyai nilai  $r = \pm 1$ , maka dua buah variabel tersebut mempunyai hubungan yang sempurna. Tanda minus (-) pada nilai  $r$  menunjukkan hubungan yang berlawanan arah (apabila nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain turun), dan sebaliknya tanda plus (+) pada nilai  $r$  menunjukkan hubungan yang searah (apabila nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain juga naik). Semakin tinggi nilai koefisien korelasi antara dua buah variabel (semakin mendekati 1), maka tingkat keeratan hubungan antara dua variabel tersebut semakin tinggi. Dan sebaliknya semakin rendah koefisien korelasi antara dua macam variabel (semakin mendekati 0), maka tingkat keeratan hubungan antara dua variabel tersebut semakin lemah.

b. Uji Hipotesis Kedua

Uji hipotesis kedua digunakan untuk menguji hubungan antara  $X_2$  dengan Y. Pengujian hipotesis kedua cara mencarinya sama dengan pengujian hipotesis Pertama

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ketiga peneliti menggunakan analisis korelasi berganda. Korelasi berganda digunakan untuk mengetahui hubungan dua variabel independen atau lebih dengan satu variabel dependen yaitu intensitas bermain *game online* ( $X_1$ ) dan *self regulation* ( $X_2$ ) dengan motivasi belajar (Y).

Sedangkan menurut Priyatno (2018, dalam Amelia dan Handayani, 2020:39) pengambilan keputusan uji korelasi berganda berdasarkan nilai probabilitasnya. Jika Nilai Sig. F Change  $< 0.05$ , maka memiliki kolerasi dan jika Nilai Sig. F Change  $> 0.05$ , maka tidak berkolerasi.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Tempat Penelitian

Tempat dalam penelitian ini adalah MTs NU 01 Gringsing. MTs NU 01 Gringsing merupakan sekolah berbasis keislaman yang berdiri pada 1 Juli 1996. Deskripsi umum MTs NU 01 Gringsing adalah sebagai berikut:

Alamat : Jl. Raya Lama No. 2B Gringsing – Batang 51281.

Nomor Telp. : (0294) 3645173

e-mail : mtsnu01gringsing@yahoo.co.id

NPSN : 20364554

Status sekolah : Swasta

Naungan : Kementerian Agama

Akreditasi : B

Visi dan misi MTs NU 01 Gringsing adalah:

##### a. Visi

Mencetak siswa yang “bertaqwa, berprestasi, dan berakhlakul karimah”

##### b. Misi

1. Melaksanakan kegiatan belajar mengajar secara efektif demi pencapaian nilai UN dan UAMBN di atas standar minimal
2. Melaksanakan ekstra kulikuler sesuai bakat dan potensi siswa menuju keunggulan bidang yang dikembangkan
3. Menumbuhkan penghayatan dan pengamalan ajaran islam menuju terbentuknya rasa tanggung jawab antar sesama, terlebih kepada Allah SWT.
4. Mencetak generasi yang berhaluan *Ahlussunah Wal Jamaah An Nahdiyah*

##### 2. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 7, 8, dan 9 MTs NU 01 Gringsing. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 236 siswa yang terdiri dari 8 kelas yaitu kelas VIIA, VIIB, VIIIA, VIIIB, VIIIC, IXA, IXB, dan IXC. Adapun responden yang diambil berjumlah 148 siswa, mengacu dari perhitungan sampel dari populasi melalui rumus Slovin. Deskripsi data dari motivasi belajar, intensitas bermain *game*

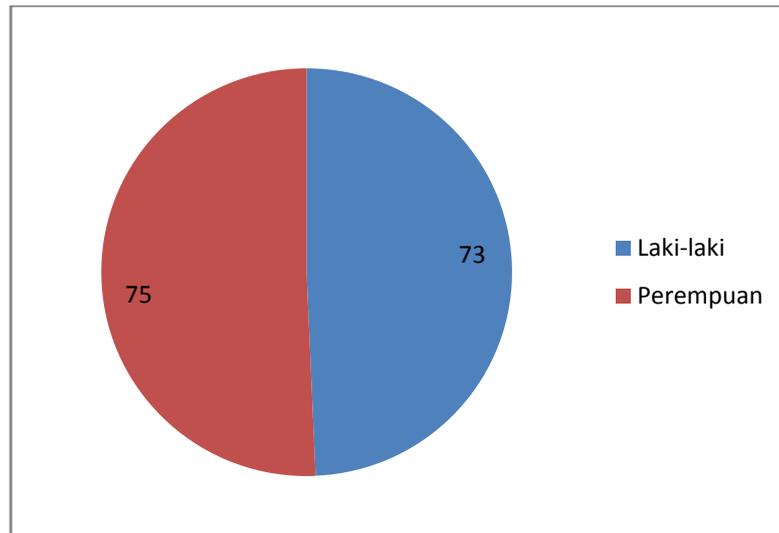
*online*, dan *self regulation* di MTs NU 01 Gringsing diperoleh skor menggunakan SPSS.

a. Berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan jenis kelamin subjek penelitian, maka sebaran subjek dapat dilihat pada gambar.

**Gambar 4**

Gambar Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin



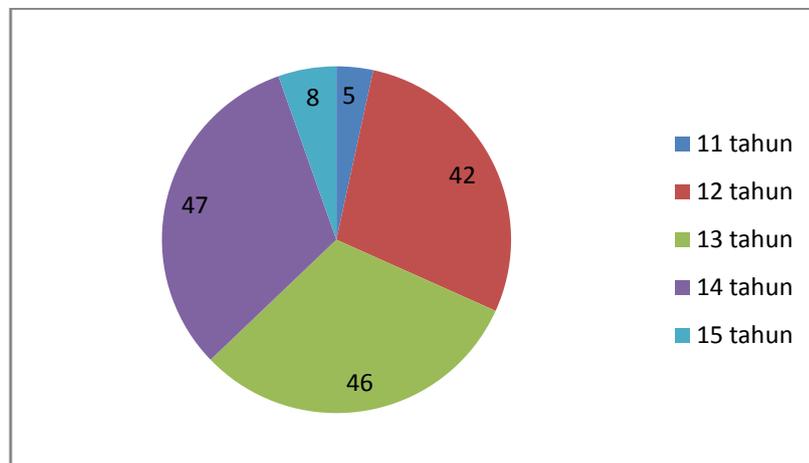
Diketahui sebanyak 75 orang atau 51% adalah laki-laki, sedangkan sebanyak 73 orang atau 49% subjek penelitian adalah perempuan.

b. Berdasarkan Usia

Berdasarkan usia subjek penelitian, maka sebaran subjek dapat dilihat pada gambar.

**Gambar 5**

Gambar Persentase Subjek Berdasarkan Usia



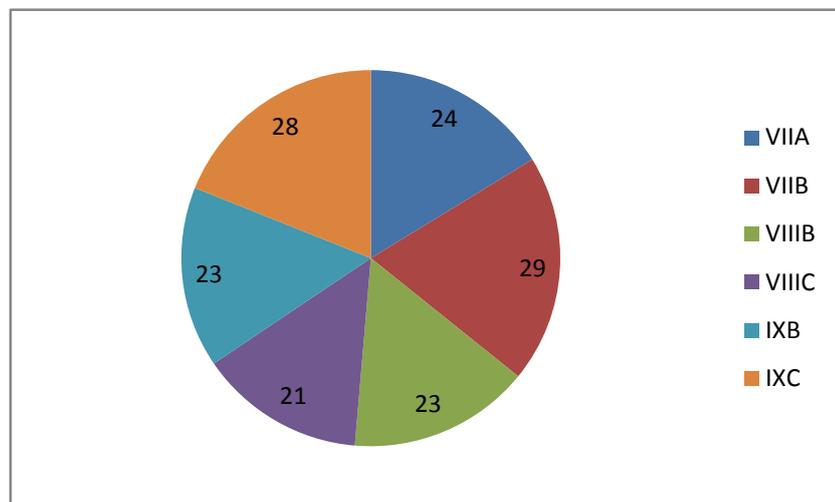
Diketahui sebanyak 5 orang atau 3% berusia 11 tahun, sebanyak 42 orang atau 28% berusia 12 tahun, sebanyak 46 orang atau 31% berusia 13 tahun, sebanyak 47 orang atau 32% berusia 14 tahun, sedangkan sebanyak 8 orang atau 6% berusia 15 tahun.

c. Berdasarkan Kelas

Berdasarkan kelas subjek penelitian, maka sebaran subjek dapat dilihat pada gambar.

**Gambar 6**

Gambar Persentase Subjek Berdasarkan Kelas



Diketahui sebanyak 24 siswa atau 16% merupakan siswa kelas VIIA, sebanyak 29 siswa atau 20% merupakan siswa kelas VIIB, sebanyak 23 siswa atau 15% merupakan siswa kelas VIIIB, sebanyak 21 siswa atau 14% merupakan siswa kelas VIIIC, sebanyak 23 siswa atau 16% merupakan siswa kelas IXB, sedangkan sebanyak 28 siswa atau 19% merupakan siswa kelas IXC.

**3. Kategorisasi Variabel Penelitian**

Gambaran mengenai variabel-variabel penelitian disajikan pada tabel *descriptive statistics* yang menunjukkan angka minimum, maximum, mean dan standar deviasi masing-masing variabel. Kategorisasi pada variabel-variabel penelitian ini dibagi dalam tiga kategori yaitu, rendah, sedang dan tinggi.

**Tabel 17**

## Deskripsi Data Variabel Penelitian

|  | N   | Minimum | Maximum | Mean   | Std. Deviation |
|--|-----|---------|---------|--------|----------------|
| Motivasi Belajar                         | 148 | 79      | 130     | 103.53 | 10.847         |
| Intensitas Bermain<br><i>Game Online</i> | 148 | 27      | 80      | 48.93  | 10.206         |
| <i>SelfRegulation</i>                    | 148 | 50      | 118     | 89.12  | 12.961         |
| Valid N ( <i>listwise</i> )              | 148 |         |         |        |                |

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada variabel intensitas bermain *game online* ( $X_1$ ) skor data minimum adalah 27 dan skor data maksimumnya adalah 80 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 48,93 serta *standard deviation* sebanyak 10.206. Pada variabel *self regulation* ( $X_2$ ) skor data minimum adalah 50 dan skor data maksimum adalah 118 dengan rata-ratanya (*mean*) sebesar 89,12 serta *standard deviation* sebanyak 12,961. Sedangkan pada variabel motivasi belajar skor minimum adalah 79 dan skor data maksimum adalah 130 dengan rata-rata 103,53 serta *standard deviation* sebanyak 10,847. Berdasarkan dari tabel deskriptif di atas, maka dapat dikategorikan sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Intensitas Bermain *Game Online***Tabel 18**Kategorisasi Variabel Intensitas Bermain *Game Online*

| Rumus Interval                          | Rentang Nilai | Kategorisasi Skor |
|---|---------------|-------------------|
| $X < (Mean - 1SD)$                      | <45           | Rendah            |
| $(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$ | 45 - 62       | Sedang            |
| $X \geq (Mean) + 1SD$                   | $\geq 62$     | Tinggi            |

Kategori rumusan di atas dapat dilihat dari skor skala intensitas bermain *game online* pada siswa MTs NU 01 Gringsing dinyatakan memiliki intensitas bermain *game online* yang tinggi jika memiliki skor lebih besar dari 62, lalu memiliki intensitas bermain *game online* yang sedang atau cukup jika memiliki skor diantara 45 – 62, dan dikatakan memiliki intensitas bermain *game online* yang rendah jika memiliki skor kurang dari 62. Sehingga hasil yang diperoleh dari intensitas bermain *game online* siswa MTs NU 01 Gringsing adalah sebagai berikut:

**Tabel 19**Tabel Distribusi Intensitas Bermain *Game Online*

|       |        | <i>Frequency</i> | <i>Percent</i> | <i>Valid Percent</i> | <i>Cumulative Percent</i> |
|-------|--------|------------------|----------------|----------------------|---------------------------|
| Valid | Rendah | 55               | 37.2           | 37.2                 | 37.2                      |
|       | Sedang | 79               | 53.4           | 53.4                 | 90.5                      |
|       | Tinggi | 14               | 9.5            | 9.5                  | 100.0                     |
|       | Total  | 148              | 100.0          | 100.0                |                           |

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 55 siswa (37,2%) tergolong memiliki intensitas bermain *gameonline* yang rendah, 79 siswa (53,4%) memiliki intensitas bermain *game online* yang sedang, 14 siswa (9,5%) memiliki intensitas bermain *game online* yang tinggi.

b. Kategorisasi Variabel Self Regulation

**Tabel 20**

Kategorisasi Variabel Self Regulation

| <b>Rumus Interval</b>                   | <b>Rentang Nilai</b> | <b>Kategorisasi Skor</b> |
|---|----------------------|--------------------------|
| $X < Mean - 1SD$                        | <73                  | Rendah                   |
| $(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$ | 73 - 95              | Sedang                   |
| $X \geq (Mean) + 1SD$                   | $\geq 95$            | Tinggi                   |

Kategori rumusan di atas dapat dilihat dari skor skala *self regulation* pada siswa MTs NU 01 Gringsing dinyatakan memiliki *self regulation* yang tinggi jika memiliki skor lebih besar dari 95, lalu memiliki *self regulation* yang sedang atau cukup jika memiliki skor diantara 73 - 95, dan dikatakan memiliki *self regulation* yang rendah jika memiliki skor kurang dari 73. Sehingga hasil yang diperoleh dari *self regulation* siswa MTs NU 01 Gringsing adalah sebagai berikut:

**Tabel 21**Kategorisasi Variabel *Self Regulation*

|       |        | <i>Frequency</i> | <i>Percent</i> | <i>Valid Percent</i> | <i>Cumulative Percent</i> |
|-------|--------|------------------|----------------|----------------------|---------------------------|
| Valid | Rendah | 12               | 8.1            | 8.1                  | 8.1                       |
|       | Sedang | 86               | 58.1           | 58.1                 | 66.2                      |
|       | Tinggi | 50               | 33.8           | 33.8                 | 100.0                     |
|       | Total  | 148              | 100.0          | 100.0                |                           |

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 12 siswa (8,1%) tergolong memiliki *self regulation* yang rendah, 86 siswa (58,1%) memiliki *self regulation* yang sedang, 50 siswa (33,8%) memiliki *self regulation* yang tinggi.

c. Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

**Tabel 22**

Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

| <b>Rumus Interval</b>   | <b>Rentang Nilai</b> | <b>Kategorisasi Skor</b> |
|---|----------------------|--------------------------|
| $X < \text{Mean} - 1\text{SD}$                                      | <96                  | Rendah                   |
| $(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$ | 96 - 113             | Sedang                   |
| $X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$                                 | $\geq 113$           | Tinggi                   |

Kategori rumusan di atas dapat dilihat dari skor skala motivasi belajar pada siswa MTs NU 01 Gringsing dinyatakan memiliki motivasi belajar yang tinggi jika memiliki skor lebih besar dari 113, lalu memiliki motivasi belajar yang sedang atau cukup jika memiliki skor diantara 96 - 113, dan dikatakan memiliki motivasi belajar yang rendah jika memiliki skor kurang dari 96. Sehingga hasil yang diperoleh dari motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing adalah sebagai berikut:

**Tabel 23**

Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

|       |        | <b>Frequency</b> | <b>Percent</b> | <b>Valid Percent</b> | <b>Cumulative Percent</b> |
|-------|--------|------------------|----------------|----------------------|---------------------------|
| Valid | Rendah | 35               | 23.6           | 23.6                 | 23.6                      |
|       | Sedang | 88               | 59.5           | 59.5                 | 83.1                      |
|       | Tinggi | 25               | 16.9           | 16.9                 | 100.0                     |
|       | Total  | 148              | 100.0          | 100.0                |                           |

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 35 siswa (23,6%) tergolong memiliki motivasi belajar yang rendah, 88 siswa (59,5%) memiliki motivasi belajar yang sedang, 25 siswa (16,9%) memiliki motivasi belajar yang tinggi.

## B. Hasil Uji Asumsi

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal. Distribusi normal adalah distribusi simetris dengan modus, mean dan median berada dipusat.

**Tabel 24**

Tabel Hasil Uji Normalitas *Kolmogorof-Smirnov*

|                                |                | Unstandardized Residual |
|--------------------------------|----------------|-------------------------|
| N                              |                | 148                     |
| Normal Parameters <sup>a</sup> | Mean           | .0000000                |
|                                | Std. Deviation | 7.16116097              |
| Most Extreme Differences       | Absolute       | .042                    |
|                                | Positive       | .042                    |
|                                | Negative       | -.041                   |
| Kolmogorov-Smirnov Z           |                | .514                    |
| Asymp. Sig. (2-tailed)         |                | .954                    |

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas diketahui pada uji *One Sample Kolmogorof-Smirnov* terlihat bahwa nilai signifikansi (*Asymp.Sig*) sebesar 0,954. Berdasarkan tabel tersebut nilai signifikansi lebih dari 0,05 atau  $P > 0,05$ . Maka data pada penelitian ini dikatakan berdistribusi normal

### 2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang linear secara signifikan atau tidak antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Dua variabel dikatakan memiliki hubungan yang linear jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

**Tabel 25**

Hasil Uji Linearitas Variabel Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Variabel Motivasi Belajar

| ANOVA Table  |                |                          |                |     |             |        |      |
|--|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|--------|------|
|  |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig. |
| Motivasi Belajar * Intensitas bermain <i>game online</i> | Between Groups | (Combined)               | 7957.160       | 43  | 185.050     | 2.061  | .002 |
|  |                | Linearity                | 3872.209       | 1   | 3872.209    | 43.127 | .000 |
|  |                | Deviation from Linearity | 4084.950       | 42  | 97.261      | 1.083  | .364 |
|  | Within Groups  |                          | 9337.671       | 104 | 89.785      |        |      |
|  | Total          |                          | 17294.831      | 147 |             |        |      |

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas diketahui bahwa variabel intensitas bermain *game online* terhadap variabel motivasi belajar memiliki nilai *deviation from linearity*  $0.364 > 0,05$ . Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel intensitas bermain *game online* dengan variabel motivasi belajar.

**Tabel 26**

Hasil Uji Linearitas Variabel *Self Regulation* Dengan Variabel Motivasi Belajar

**ANOVA Table**

|                                    |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F       | Sig. |
|------------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|---------|------|
| Motivasi Belajar * Self Regulation | Between Groups | (Combined)               | 11504.507      | 47  | 244.777     | 4.227   | .000 |
|                                    |                | Linearity                | 9616.213       | 1   | 9616.213    | 166.074 | .000 |
|                                    |                | Deviation from Linearity | 1888.294       | 46  | 41.050      | .709    | .903 |
|                                    | Within Groups  |                          | 5790.324       | 100 | 57.903      |         |      |
| Total                              |                | 17294.831                | 147            |     |             |         |      |

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas diketahui bahwa variabel *self regulation* terhadap variabel motivasi belajar memiliki nilai *deviation from linearity*  $0.903 > 0,05$ . Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel *self regulation* dengan variabel motivasi belajar.

### 3. Hasil Analisis Data

Selanjutnya adalah tahap uji hipotesis yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang diajukan oleh peneliti. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS 16.0 *for Windows* yang dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antar variabel. Variabel yang akan di uji hipotesis dalam penelitian ini adalah intensitas bermain *game online* ( $X_1$ ), *self regulation* ( $X_2$ ), dan motivasi belajar (Y). Oleh karena itu, untuk uji hipotesis memerlukan tiga tahap, yaitu:

#### a) Uji Hipotesis Pertama

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

**Tabel 27**

Hasil Uji Hipotesis Intensitas Bermain *Game Online* dengan Motivasi Belajar

#### Correlations

|                                |                     | Intensitas bermain game online | Motivasi Belajar |
|--------------------------------|---------------------|--------------------------------|------------------|
| Intensitas bermain game online | Pearson Correlation | 1                              | -.473**          |
|                                | Sig. (2-tailed)     |                                | .000             |
|                                | N                   | 148                            | 148              |
| Motivasi Belajar               | Pearson Correlation | -.473**                        | 1                |
|                                | Sig. (2-tailed)     | .000                           |                  |
|                                | N                   | 148                            | 148              |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2tailed).

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai koefisien korelasi -0,473 dalam kategori korelasi sedang. Tanda (-) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berlawanan arah (apabila nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain turun), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel intensitas bermain *game online* semakin rendah nilai variabel motivasi belajar. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara intensitas bermain *game online* dan motivasi belajar adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Dari hasil di atas, dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sedang antara intensitas bermain intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

b) Uji Hipotesis Kedua

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

**Tabel 28**

Hasil Uji Hipotesis *self regulation* dengan Motivasi Belajar

|                  |                     | Self Regulation | Motivasi Belajar |
|------------------|---------------------|-----------------|------------------|
| Self Regulation  | Pearson Correlation | 1               | .746**           |
|                  | Sig. (2-tailed)     |                 | .000             |
|                  | N                   | 148             | 148              |
| Motivasi Belajar | Pearson Correlation | .746**          | 1                |
|                  | Sig. (2-tailed)     | .000            |                  |
|                  | N                   | 148             | 148              |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan nilai koefisien korelasi 0,746 dalam kategori korelasi kuat. Nilai positif pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah (apabila nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain juga naik), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel *self regulation* semakin tinggi nilai variabel motivasi belajar. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara *self regulation* dan motivasi belajar adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

Dari hasil diatas, dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

c) Uji Hipotesis Ketiga

Pada uji hipotesis ini, peneliti menggunakan analisis korelasi berganda. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara intensitas

bermain *game online* dan *self regulation* terhadap motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

**Tabel 29**  
 Hasil Uji Hipotesis Intensitas Bermain *Game Online* dan *Self Regulation*  
 Dengan Motivasi Belajar

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate | Change Statistics |          |     |     |               |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|-------------------|----------|-----|-----|---------------|
|       |                   |          |                   |                            | R Square Change   | F Change | df1 | df2 | Sig. F Change |
| 1     | .751 <sup>a</sup> | .564     | .558              | 7.210                      | .564              | 93.830   | 2   | 145 | .000          |

- a. Predictors: (Constant), *Self Regulation*, Intensitas Bermain *Game Online*
- b. Dependent Variable: Motivasi Belajar

Berdasarkan tabel *model summary* diketahui bahwa besarnya hubungan antara koefisien korelasi adalah 0,751, hal ini menunjukkan hubungan yang kuat. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi ganda dapat dilihat dari nilai (*sig, F change*) = 0,000. Disebabkan nilai *sig. F change*  $0,000 < 0,05$ , oleh karena itu korelasi antar variabel tersebut dinyatakan signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

Dari hasil analisis yang disajikan diatas, dilihat dari nilai koefisien korelasinya maka dapat disimpulkan *pertama*, terdapat hubungan negatif yang sedang antara intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang. *Kedua*, terdapat hubungan positif yang kuat antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang. *Ketiga*, terdapat hubungan kuat antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang. Terdapat tiga pokok pembahasan yaitu hubungan intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar, hubungan *self regulation* dengan motivasi belajar, dan hubungan intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar.

Uji hipotesis pertama didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,473 dalam kategori korelasi sedang. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara intensitas bermain *game online* dan motivasi belajar adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan. Tanda (-) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berlawanan arah. Artinya jika nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain turun. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas bermain *game online* semakin rendah motivasi belajar dari siswa MTs NU 01 Gringsing.

*Game online* bisa menjadi pisau bermata dua bagi pemainnya, memiliki sisi positif maupun sisi negatif. Jika dilihat dari sisi positifnya, *game online* bisa menjadi pelepas lelah setelah melakukan aktivitas sehari-hari. Di sisi lain *game online* berhubungan negatif dengan motivasi belajar. Menurut Ali dkk. (2019:131) siswa yang memiliki intensitas bermain *game online* tinggi cenderung lebih mementingkan kegiatan lain seperti bermain *game online* daripada belajar. Hal ini disebabkan karena sifat dasar manusia yang menyukai sesuatu yang menyenangkan seperti *game online*. Siswa yang bermain *game online* juga memerlukan konsentrasi sehingga dampak yang ditimbulkan adalah ia akan semakin penasaran untuk memenangkan permainan. Oleh sebab itu, ia akan semakin larut dalam permainan dan akan mengabaikan apa saja demi memenangkan permainan (Ondang dkk., 2020:3).

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Saptarini (2013) tentang intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar padasiswa kelas X SMK Negeri 1 Sapuran kabupaten Wonosobomenghasilkan terdapat hubungan dengan arah negatif yang signifikan antara variabel intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar. Artinya jika semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka akan semakin rendah motivasi belajar siswa kelas X SMK Negeri 1 Sapuran kabupaten Wonosobo. Sedangkan penelitian lain yang serupa dilakukan oleh Santika (2016) tentang intensitas bermain *game onlineDragon Nest* dengan motivasi belajar siswa SD Negeri Ngaliyan 01 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif antara variabel intensitas bermain *game onlineDragon Nest* dengan motivasi belajar. Artinya jika semakin tinggi intensitas bermain *game onlineDragon Nest* maka akan semakin rendah motivasi belajar siswa SD Negeri Ngaliyan 01.

Uji hipotesis kedua didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,746 dalam kategori korelasi kuat. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara *self regulation* dan motivasi belajar adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua

variabel tersebut dinyatakan signifikan. Nilai positif pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah. Artinya jika nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain naik. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self regulation* semakin tinggi motivasi belajar dari siswa MTs NU 01 Gringsing.

*Self regulation* pada siswa berhubungan dengan memunculkan dan memantau sendiri perasaan, pikiran dan perilaku agar tercapainya sesuatu tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menghitung yang baik, menjadi penulis yang baik, dan belajar bagaimana memberikan pertanyaan yang relevan) (Santrock, 296:2008). Sehingga saat siswa memiliki *self regulation* yang tinggi maka ia akan cenderung memiliki motivasi belajar tinggi. Hal ini dikarenakan agar ia dapat mendapatkan tujuan yang ia inginkan dalam bidang akademik.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Erlina (2019) tentang hubungan antara regulasi diri dengan motivasi belajar pada siswa SMA dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungasn dengan arah positif yang signifikan antara variabel *self regulation* dengan variabel motivasi belajar. Artinya jika semakin tinggi *self regulation* siswa maka akan semakin tinggi motivasi belajar siswa SMA. Sedangkan penelitian lain yang serupa dilakukan oleh Telnoni (2021) tentang hubungan antara dukungan sosial dan regulasi diri dengan motivasi belajar siswa SMP saat melakukan pembelajaran jarak jauh menghasilkan terdapat hubungan dengan arah positif antara variabel regulasi diri dengan motivasi belajar. Artinya jika semakin tinggi regulasi dirimaka akan semakin tinggi motivasi belajar siswa SMP.

Penelitian telah mencapai tujuannya yaitu untuk membuktikan antara teori dengan realita yang ada yakni teori yang dikemukakan sebelumnya oleh Saptarini (2013) bahwa jika intensitas bermain *game online* tinggi maka motivasi belajar siswa rendah. Selain itu penelitian ini juga membuktikan teori yang dikemukakan oleh Erlina (2019) bahwa jika *self regulation* siswa tinggi maka motivasi belajar siswa tinggi. Belum ada peneliti yang meneliti tiga variabel intensitas bermain *game online*, *self regulation*, dengan motivasi belajar sekaligus. Oleh karena itu, peneliti membuat penelitian ini sebagai pembaharuan.

Uji hipotesis yang ketiga menunjukkan besarnya hubungan koefisien korelasi yaitu 0,751, maka dapat diartikan terdapat hubungan yang cukup kuat. Untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi ganda dapat diambil dari nilai (*sig*, *F change*) = 0,000. Dikarenakan nilai *sig*. *F change*  $0,000 < 0,05$  maka korelasi antar variabel dikatakan signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas

bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.

Intensitas bermain *game online* dan *self regulation* bersama sama memiliki hubungan yang signifikan dengan motivasi belajar. Walaupun hubungan yang dimiliki berbeda arah. Sehingga dapat diartikan bahwa kedua variabel dependen bertolak belakang antara satu dengan lainnya. Siswa sudah seharusnya memiliki *self regulation* yang tinggi. Dikarenakan sebagai tolak ukur pengendali diri ketika menghadapi dunia pendidikan. Hal ini bertujuan agar siswa dapat mengendalikan faktor-faktor negatif yang dapat mempengaruhinya ketika belajar. Seperti halnya bermain *game online*. batasan tersebut tetap harus dipegang teguh oleh siswa agar tujuan dari belajar tercapai.

Namun disisi lain, penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kelemahan. Dalam penelitian ini variabel intensitas bermain *game online* termasuk kedalam variabel yang baru sehingga variabel ini tidak memiliki *grand theory* yang jelas sehingga peneliti kesulitan untuk membuat alat ukur. Kedua, peneliti belum bisa mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi subjek dalam mengisi skala. faktor tersebut ialah faktor yang menyebabkan subjek dalam pengambilan keputusan untuk memilih jawaban dalam pernyataan yang ada didalam skala. Faktor ini dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal contohnya seperti kondisi psikologis maupun kondisi fisik subjek. Sedangkan faktor eksternal contohnya seperti keadaan sosial, keluarga, lingkungan, pertemanan dan lain sebagainya. Ketiga, peneliti kurang memperhatikan pemilihan dari karakteristik subjek. Karakteristik yang dimaksud adalah latar belakang yang dimiliki subjek. Seperti pola asuh, keadaan keluarga, lingkungan sosial dsb. Misalnya, lingkungan siswa yang penuh kebebasan akan memiliki intensitas bermain *game online* yang berbeda daripada lingkungan yang masih terkendali oleh keluarga.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian deskripsi data serta analisis data dalam penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa MTs NU 01 Gringsing dengan subjek berjumlah 148 siswa dan populasi berjumlah 236 siswa dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan berarah negatif antara intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang
2. Terdapat hubungan berarah positif antara *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang
3. Terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dan *self regulation* dengan motivasi belajar siswa MTs NU 01 Gringsing Batang

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

##### 1. Bagi Siswa

Berdasarkan hasil deskripsi penelitian, pemain *game online* yang memiliki intensitas sedang sampai tinggi cukuplah banyak. Oleh karena itu siswa diharapkan agar menurunkan intensitas bermain *game online*. Siswa memberi batasan-batasan yang ada pada dirinya sehingga tidak terlena untuk terlalu sering bermain *game*. Dari beberapa sisi positif yang telah dikemukakan di atas, tetap saja sisi negatif bermain *game online* tetaplah ada. Dalam penelitian ini juga memaparkan jika siswa yang memiliki tingkat *self regulation* yang sedang sampai tinggi cukuplah banyak. Sehingga siswa diharapkan tetap mempertahankan *self regulation* pada diri siswa. Bagi siswa yang memiliki tingkat *self regulation* yang rendah diharapkan mampu memperbaiki dan mengevaluasi diri sehingga tingkat *self regulation* dapat lebih baik lagi. Lalu siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah dan sedang cukuplah banyak. Sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cukup sedikit. Oleh karena itu, siswa diharapkan agar meningkatkan motivasi belajarnya lagi, bagi yang memiliki motivasi yang tinggi agar tetap mempertahankannya.

##### 2. Bagi Guru dan Orang Tua

Guru dan orang tua bersama-sama menjadi pengendali siswa dalam proses pembelajaran agar tujuan dari pembelajaran tercapai khususnya intensitas bermain

*game online* dan *self regulation*. Guru dan orang tua hendaknya memberi pengawasan terhadap siswa yang gemar bermain *game online*. Pengawasan ini dimaksudkan agar memberi batasan-batasan bagi siswa untuk tidak terlalu lama dalam bermain *game online*. Disisi lain, guru dan orang tua hendaknya memberikan arahan kepada siswa agar dapat mengatur dirinya sendiri dalam segi pembelajaran sehingga siswa tidak terlena dengan berbagai macam faktor yang menghambat dirinya untuk berkembang.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik mengangkat topik yang sama untuk lebih memperluas referensi dan dapat melihat faktor-faktor lain yang mempengaruhi variabel motivasi belajar. Selain itu peneliti hendaknya juga memperluas populasi yang akan diteliti serta memperluas cakupan bahasan lain dengan melihat variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar seperti kecanduan bermain sosial media, dukungan sosial, kepercayaan diri, kontrol diri, kecemasan, dan lain sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, & Ngalimun. (2009). *Psikologi Perkembangan (Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Anak)*. Yogyakarta: K-Media.
- Adiningtiyas, S. W. (2017). Peran guru dalam mengatasi kecanduan game online. *Jurnal Kopasta*, 4 (1), 28-40.
- Adiswanisa, L., & Kristiana, I. F. (2015). Hubungan antara secure attachment dengan kecenderungan melakukan kekerasan dalam pacaran pada mahasiswa teknik mesin dan teknik geologi universitas diponegoro semarang. *Jurnal Empati*, 3 (3), 128-137.
- Al Fairuzabadi, A. G. (2014). *Pengaruh regulasi diri terhadap delinquency santri mts pondok pesantren al-mu'minien lohbenar indramayu*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang.
- Alfiana, A. D. (2013). Regulasi diri mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1 (2), 245-259. DOI: <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i2.1581>
- Ali, Z. (2019). *Pengaruh dari dampak bermain game online terhadap motivasi belajar pada siswa kelas viii smp kristen 2 salatiga tahun ajaran 2008/2009*. (Skripsi) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Alwisol. (2017). *Psikologi Keprobadian Edisi Revisi*. UMM Press.
- Amelia, D., & Handayani, K. (2020). Hubungan pengembangan karir dan stres kerja dengan kinerja karyawan pada pt xyz. *Manajemen SDM*, 10 (1), 31-47.
- Ananda, R., & Fadhl, M. (2018). *Statistik Pendidikan (Teori Dan Praktik Dalam Pendidikan)*. CV Widya Puspita.
- Andriani, R., & Rasto. (2019). Motivasi belajar sebagai determinan hasil belajarsiswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4 (1), 80-86. DOI: <https://doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14958>
- Anggraini, I. S. (2011). Motivasi belajar dan faktor-faktor yang berpengaruh: sebuah kajian pada interaksi pembelajaran mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran*, 1 (2), 100-109. DOI: <http://doi.org/10.25273/pe.v1i02.39>
- Apriani, R., Probawati, D., Indreswari, H., & Simon, I. M. (2020). Social intelligence, love, self-regulation pada remaja yang adiksi game online jenis agresif dan non-agresif. *Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 5 (1), 35-42. DOI: <http://dx.doi.org/10.17977/um027v5i12020p035>
- Arikunto, S. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.

- Artha, W. W., Aghastya, A., & Laylya, A. L. (2019). Pemodelan alat penghitung jumlah penumpang berbasis mikrokontroler atmega 2560. *Jurnal Perkeretaapian Indonesia*, 3 (1), 55-61. DOI: <https://doi.org/10.37367/jpi.v3i1.66>
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relation to stress. *Psychological Bulletin*, 80 (4), 286-303. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3 (2), 126-129. DOI: <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.376>
- Azwar, S. (2018). *Dasar-dasar Psikometrika*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (1994). Seleksi aitem dalam penyusunan skala psikologi. *Buletin Psikologi*, 2 (2), 26-34. DOI: [10.22146/bpsi.13277](https://doi.org/10.22146/bpsi.13277)
- Cahyani, B. H. (2012). Peran pengelolaan kelas dalam kemampuan regulasi diri pada siswa selama di kelas. *Jurnal Spirit*, 3 (1), 1-19. DOI: <https://doi.org/10.30738/spirits.v3i1.1121>
- Cahyani, B. H., Alsa, A., Ramdhani, N., & Khalili, F. N. (2019). The role of classroom management and mastery goal orientation towards student's self-regulation in learning mathematics. *Psikohumaniora*, 4 (2), 117-128. DOI : [10.21580/pjpp.v4i2.3576](https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.3576)
- Chaplin, J. p. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. PT. Rajagrafindo Persada.
- Cleopatra, M. (2015). Pengaruh gaya hidup dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar matematika. *Jurnal Formatif*, 5 (2), 168-181. DOI: <http://dx.doi.org/10.30998/formatif.v5i2.336>
- Cobb, R. J. (2003). *The relation between self-regulated learning behaviors and academic performance in web-based courses*. Virginia Tech. DOI: <http://hdl.handle.net/10919/26469>
- Darsono, M. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. IKIP Press.
- Dewi, L., & Nathania, S. (2018). Pengukuran aspek kepuasan konsumen le fluffy dessert. *Jurnal Bisnis Terapan*, 2 (1), 61-72. DOI: <https://doi.org/10.24123/jbt.v2i01.1087>
- Emda, A. (2017). Kedudukan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran. *Lantanida Journal*, 5 (2), 93-196. DOI: [10.22373/lj.v5i2.2838](https://doi.org/10.22373/lj.v5i2.2838).
- Elian, J., Yuniardi, M. S., & Masturah, A. N. (2018). Fanatisme dan perilaku agresif verbal di media sosial pada penggemar idola k-pop. *Psikohumaniora*, 3 (1), 59-72. DOI: <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2442>

- Erizka, Martunis, Abu Bakar. (2019). Korelasi intensitas bermain game online mobile legend dengan keterampilan sosial siswa man 3 banda aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4 (3), 62.
- Erlina, L. (2019). *Hubungan antara regulasi diri dengan motivasi belajar pada siswa sma.* (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Semarang, Semarang.
- Fakhria, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora* , 2 (1), 29-42. DOI: <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1279>
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*, 1 (1), 145-155. DOI: <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i1.1364>
- Fatkhurrohman. (2019). Motivasi belajar dalam perspektif as-sunnah. *Manarul Qur'an*, 19 (2), 125-135. DOI: <https://doi.org/10.32699/mq.v19i2.1608>
- Fauzi, M. (2009). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Sebuah Pengantar*. Walisongo Press.
- Febrina, C. L. (2014). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap agresivitas siswa. *Jurnal Ilmiah*, 9 (1), 28-35. DOI: <https://doi.org/10.21009/JIV.0901.4>
- Firmantyo, T., & Alsa, A. (2016). Integritas akademik dan kecemasan akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa. *Psikohumaniora*, 1 (1), 1-11. DOI: [10.21580/pjpp.v1i1.959](https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959)
- Frida, N. (2016). *Hubungan intensitas menonton tayangan iklan kosmetik dengan minat membeli pada mahasiswa perguruan tinggi swasta.*(Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Gita, S. Y., Desi N. (2013). Hubungan antara intensitas penggunaan situs jejaring sosial facebook dengan pengungkapan diri (self disclosure) pada siswa-siswi kelas viii smp negeri 26. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2 (1), 1-7
- Hadi, S. N. (2020). Hubungan motivasi belajar dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa skripsi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4 (3), 3169-3176.
- Hamilton, I. S. (2007). *Dictionary of Psychological Testing, Assessment and Treatment*. Jessica Kingsley Publishers.
- Handarini, O. I. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8 (3), 496-503.
- Haqq, A. T. (2016). *Hubungan intensitas bermain game online dengan agresivitas remaja awal di warnet "a, b, dan c" kecamatan lowokwaru kota malang.* (Skripsi) Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang.

- Harahap, Y. J. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet di pustaka digital perpustakaan daerah medan. *Jurnal Edukasi*, 3 (2), 131-145. DOI: DOI:[10.22373/je.v3i2.3091](https://doi.org/10.22373/je.v3i2.3091)
- Hassan, F. (1981). *Kamus Istilah Psikologi*. Pusat Pembinaan Dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Hendryadi. (2017). Validitas isi: tahap awal pengembangan kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis*, 2 (2), 169 - 178. DOI: [10.36226/jrmb.v2i2.47](https://doi.org/10.36226/jrmb.v2i2.47)
- Heriyati. (2017). Pengaruh minat dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar matematika. *Jurnal Formatif*, 7 (1), 22-32. DOI: <http://dx.doi.org/10.30998/formatif.v7i1.1383>
- Hijrat, K., & Sainudin, A. B. (2019). Pengaruh kecanduan game onlineterhadap motivasi belajar siswa kelas vii mts negeri kota kupang. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1 (2), 37-48.
- Horrigan, J. B. (2000). *New Internet Users: What They Do Online, What They Don't, and Implications for the 'Net's Future*. Pew Internet and American Life Project.
- Indah, M. Y., Yanti, M. M., Yollawati, A., Pawestri, A. A., & Hermahayu. (2020). Motivasi belajar siswa sekolah dasar di kota magelang. *Jurnal Varidika*. 32 (1), 61-69. DOI:[10.23917/varidika.v32i1.11141](https://doi.org/10.23917/varidika.v32i1.11141)
- Ismi, N., & Akmal. (2020). Dampak game online terhadap perilaku siswa di lingkungan SMA negeri 1 bayang. *Journal of Civic Education*, 3 (1), 1-10. DOI:[10.24036/jce.v3i1.304](https://doi.org/10.24036/jce.v3i1.304)
- Keller, M. J. (1987). Strategies for stimulating the motivation to learn. Performance + instruction. *International Society For Perfomance Improvemence*, 26 (8), 1-7. DOI: <https://doi.org/10.1002/pfi.4160260802>
- Kemp, S. (2020, 1 30). *Digital 2020: Global Digital Overview*. Dipetik 04 15, 2021, dari Datareportal: <https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>
- Khairuddin. (2020). Hukum bermain game online player unknown's battlegrounds (pubg) menurut fatwa mpu aceh nomor 3 tahun 2019. *Jurnal Syariah dan Hukum*, 18 (1), 17-32. DOI:[10.35905/diktum.v18i1.1357](https://doi.org/10.35905/diktum.v18i1.1357)
- Kirom, A. (2017). Peran guru dan peserta didik dalam proses pembelajaran berbasis multikultural. *Al-Murabbi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3 (1), 69-80.
- Kompri. (2016). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas PGRIYogyakarta. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 3 (1), 97-103. DOI:<https://doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1120>

- Manab, A. (2016). Memahami regulasi diri: sebuah tinjauan konseptual. *Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity. Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity (7-11)*. Malang: Psychology Forum UMM.
- Marlina, N. P., Mirnati, N. M., & Utami, K. C. (2014). Hubungan bermain game online dengan prestasi belajar matematika anak usia sekolah kelas V di sekolah dasar Saraswati IDenpasar tahun 2014. *Jurnal Ilmu Keperawatan FK UNUD*, 2 (3).
- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas X di madrasah aliyah Al Furqon Prabumulih tahun pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3 (2), 103-118. DOI:<https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.575>
- Matondang, Z. (2019). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal Tabularasa Pps Unimed*, 6 (1), 87-97.
- Maulida, A., Imawati, D., Khumaidatu, S., & Sari, T. M. (2019). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap interaksi sosial remaja. *Motivasi*, 7 (1), 105-190.
- Maulidia, R. (2007). Problem malas belajar pada remaja (sebuah analisis psikologis). *Jurnal Tsaqafah*, 3 (2), 355-377. DOI: <http://dx.doi.org/10.21111/at-tadib.v4i2.587>
- Mulyaningsih, I. E. (2014). Pengaruh interaksi sosial keluarga, motivasi belajar, dan kemandirian belajar terhadap prestasi belajar. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 20 (4), 441-451. DOI: <https://doi.org/10.24832/jpnk.v20i4.156>
- Mu'min, S. A. (2016). Regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Al-Ta'dib*, 9 (1), 1-20.
- Newzoo. (2017). *The Indonesian Gamer*. Diakses pada 21 Juli 2021. Dari <https://newzoo.com/insights/infographics/the-indonesian-gamer-2017/>
- Nisrinafatim. (2020). Pengaruh game online terhadap motivasi belajar siswa. *Jurnal Edukasi Non Formal*, 1 (2), 115-122.
- Nurjan, S. (2015). *Psikologi Belajar*. Wade Group.
- Nuryadi, Astuti, T. d., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2007). *Dasar-Dasar Statistika Penelitian*. Sibuku Media.
- Ondang, G. L., Goni, S. Y., & Moku, B. J. (2020). Dampak game online terhadap motivasi belajar mahasiswa jurusan sosiologi Fispol Unsrat. *Jurnal Holistik*, 13 (2), 1-15.
- Palimbong, A. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 di Program Studi Pendidikan PKn Universitas Tadulako. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 17 (2), 185-198.

- Pitaloka, A. A. (2013). Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar (Studi Fenomenologi tentang Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar di Kelurahan Gemolong, Kabupaten Sragen tahun
- Prasetiani, A. T., & Setianingrum, M. E. (2020). Hubungan antara self-regulation dengan kecenderungan adiksi game online pada mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Teknologi Informasi*, 6 (1), 1-12. DOI: <https://doi.org/10.52643/jti.v6i1.635>
- Pratiwi, I. W., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi self regulation remaja dalam bersosialisasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 8 (1), 1-11.
- Priyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Zifatama Publishing.
- Pujihastuti, I. (2010). Prinsip penulisan kuesioner penelitian. *Jurnal Agribisnis dan Pengembangan Wilayah*, 2 (1), 43-56.
- Rahaman, A. A. (2018). Psikologi Sosial. Rajawali Press.
- Rahman, M. L. (2016). Konsep belajar menurut islam. *Al Murabbi*, 2 (2), 230-250.
- Ricardo, & Meilani, R. I. (2017). Impak minat dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2 (2), 188-121. DOI: <https://doi.org/10.17509/jpm.v2i2.8108>
- Rozali, Y. A. (2014). Hubungan self regulation dengan self determination (studi pada mahasiswa aktif semester genap 2013/2014 ipk <2.75 Fakultas Psikologi, Universitas X, Jakarta). *Jurnal Psikologi*, 12 (2), 61-66.
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi diri (pengaturan diri) sebagai determinan hasil belajar siswa hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3 (1), 36-64. DOI: <https://doi.org/10.17509/jpm.v3i1.9454>
- Sadirman, A. M. (1996). *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar*. PT. Raja Grafindo.
- Sagara, S., & Masykur, A. M. (2018). Gambaran online gamer. *Jurnal Empati*, 7 (2), 418-424.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Kencana.
- Sakilah. (2013). Belajar dalam perspektif islam. *Menara*, 12 (2), 156-164.
- Santrock, J. W. (2008). *Psikologi Pendidikan, edisi kedua*. Kencana.
- Santika, T. D. (2016). *Hubungan intensitas bermain game online dragon nest dengan motivasi belajar siswa Sd Negeri Ngaliyan 01*. (Skripsi) Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro, Semarang.

- Saptarini, D. (2013). *Hubungan antara intensitas bermain game online dengan motivasi belajar siswa kelas x smk negeri 1 sapuran kabupaten wonosobo*. (Skripsi) Fakultas Keguruan Dan Ilmu Kependidikan Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Saputra, R. (2016). Hubungan kecanduan game online clash of clans terhadap prestasi akademik mahasiswa Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Riau. *Jurnal Online Mahasiswa* , 1-14.
- Saputra, Y. D., & Hidayat, Z. W. (2020). Hubungan efikasi diri dan regulasi diri terhadap motivasi belajar pada mahasiswa pendidikan jasmani angkatan 2017 STKIP PGRI Jombang. *Jurnal PEDAGOGI* , 73-83.
- Sari, E., & Dwiarti, R. (2018). Pendekatan hierarki abraham maslow pada prestasi kerja karyawan PT. Madubaru (Pg Madukismo) Yogyakarta. *Jurnal Perilaku Dan Strategi Bisnis*, 6 (1), 58-77. DOI: [10.26486/JPSB.V6I1.421](https://doi.org/10.26486/JPSB.V6I1.421)
- Sarwono, S. W. (2019). *Pengantar Psikologi Umum*. Rajawali Pres.
- Septia, Z. E., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan intensitas bermain game online pada komunitas game ingress di Bandung. *Jurnal Empati*, 7 (4), 1-5.
- Setiani, N. (2014). *Upaya meningkatkan peran aktif dan kemampuan pemecahan masalah matematika siswa melalui pembelajaran project Based Learning (PJBL) siswa SMP Negeri 1 Cilongkok*. (Skripsi). Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah, Purwakarta.
- Setyabudi, D., & Julianto, A. (2012). Hubungan intensitas bermain game stardew valley dan terpaan kelompok referensi. *Interaksi Online*, 6 (2), 181-192.
- Sidik, Z., & Sobandi, A. (2018). Upaya meningkatkan motivasi belajar siswa melalui kemampuan komunikasi interpersonal guru. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3 (2), 190-198. DOI: <https://doi.org/10.17509/jpm.v3i2.11764>
- Simatupang, S.N., Islami, N., & Nasir, M. N. (2007). Hubungan motivasi belajar dan self-regulated learning dengan hasil belajar fisika siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Pekanbaru Tahun Pelajaran 2016/ 2017. *Jurnal Online Mahasiswa*, 4 (2), 1-13.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Stright, A. D., Neitzel, C., Sears, K. G., & Sinex, L. H. (2001). Instruction begins in the home: relations between parental instruction and children's self-regulation in the classroom. *Journal of educational psychology*, 93 (3), 456-466. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.3.456>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sugono, D. (2008). *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa.

- Suharyadi, & Purwanto. (2011). *Statistika Untuk Ekonomi dan Keuangan Modern Edisi 2*. Salemba Empat.
- Susanto, H. (2006). Mengembangkan kemampuan self regulation untuk meningkatkan keberhasilan akademik siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 5 (7), 64-71.
- Syahril. (2017). Motivasi belajar dalam perspektif hadits. *Jurnal At-Taujih*, 3 (2), 56-62. DOI: [10.15548/atj.v3i2.532](https://doi.org/10.15548/atj.v3i2.532)
- Syahrum, & Salim. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Citapustaka Media.
- telnoni, D. A. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Regulasi Diri Dengan Motivasi Belajar Siswa Smp Saat Melakukan Pembelajaran Jarak Jauh*. (Skripsi) Fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata, Semarang.
- Theresia, E., Setiawati, O. R., & Sudiadnyani, N. P. (2019). Hubungan kecanduan bermain game online dengan motivasi belajar pada siswa SMP Di Kota Bandar Lampung Tahun 2019. *Jurnal Psikologi*, 1 (2), 96-104. DOI: <https://doi.org/10.36269/psyche.v1i2.103>
- Triana, D., & Widyarto, W. O. (2013). Relevansi kualifikasi kontraktor bidang teknik sipil terhadap kualitas pekerjaan proyek konstruksi di Provinsi Banten. *Jurnal Fondas*, 1 (1), 182-190. DOI: <http://dx.doi.org/10.36055/jft.v2i2.1732>
- Umam, K., & Muhid, A. (2020). Sisi negatif game online perspektif islam dan psikologi islam. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 5 (2), 153-167.
- Utami, W. B. (2017). Analisa pengaruh motivasi kerja terhadap prestasi kerja dosen pada sekolah tinggi ilmu ekonomi aas. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, 3 (2), 125-138. DOI: <http://dx.doi.org/10.29040/jiei.v3i02.106>
- Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Andi.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81 (3), 329-339. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. j. (1989). Self-regulated learning and academic achievement: an overview. *Educational Psychologist*, 25 (1), 3-17. DOI: [https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501\\_2](https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2)

LAMPIRAN 1

**BLUE PRINT**

1. *Blue Print* Skala Intensitas Bermain *Game Online*

| Variabel                              | Aspek  | Indikator                                  | No item  | Jml |
|---------------------------------------|--|--|--|-----|
| Intensitas Bermain <i>Game Online</i> | Frekuensi bermain <i>game online</i> (Seberapa sering seseorang melakukan aktivitas bermain <i>game online</i> (dalam bentuk sekali, dua kali, tiga kali, dan seterusnya)                              | Seberapa sering bermain <i>game online</i> | (1) Dalam seminggu Saya bermain <i>game online</i> sebanyak:<br>a. Lebih dari 14 kali<br>b. 14 kali<br>c. 7 kali<br>d. `Kurang dari 5 kali<br><br>(2) Jika dihitung dalam 1 hari maka saya bermain <i>game online</i> sebanyak:<br>a. Lebih dari 7 kali<br>b. 5-6 kali<br>c. 3-4 kali<br>d. 1-2 kali | 3   |
|                                       | Durasi (Lama waktu yang digunakan untuk bermain <i>game online</i> , semakin banyak waktu yang digunakan untuk bermain <i>game online</i> , maka menunjukkan semakin lama bermain <i>game online</i> ) | Lama waktu bermain <i>game online</i>      | (3) Lamanya Saya bermain <i>game online</i> dalam 1 hari:<br>a. 7 jam lebih<br>b. 5-6 jam<br>c. 3-4 jam<br>d. 1-2 jam<br><br>(4) Saya mulai bermain <i>game</i> sejak:<br>a. Lebih dari 5 tahun lalu<br>b. Sejak 3-4 tahun lalu<br>c. Sudah 1-2 tahun lalu<br>d. Belum ada 1 tahun                   | 2   |
| Jumlah                                |  |  | 5  | 5   |

| Variabel                              | Aspek  | Indikator   | No item   |  | Jml |
|---------------------------------------|--|---|---|--|-----|
|                                       |  |   | Favorable   | Unfavorable  |     |
| Intensitas Bermain <i>Game Online</i> | Perhatian penuh (Konsentrasi pada diri ketika bermain game online sehingga mengesampingkan hal-hal yang lain seperti makan, mandi, sekolah serta tidak memperdulikan sekelilingnya ketika bermain game online) | Tidak mau melakukan aktivitas yang lain saat bermain game | (1) Saya malas mengangkat telepon ketika sedang bermain game<br>(2) Saya sering telat makan ketika sedang asik bermain game online<br>(3) Saya malas untuk mandi jika sudah bermain game<br>(4) Saya akan menunda belajar saat sedang asik bermain game | (5) Saat saya lapar saya segera makan walaupun sedang asik bermain game<br>(6) Walaupun sedang bermain game, saya akan mengutamakan beristirahat karena sudah lelah<br>(7) Saya akan meninggalkan game online saya ketika waktu belajar telah tiba<br>(8) Saya berhenti bermain game ketika waktu mandi telah tiba | 8   |
|                                       |  | Tidak memperdulikan lingkungan sekitar                    | (9) Saya sering tidak mendengar panggilan orang lain ketika sedang asik bermain game<br>(10) Jika sedang asyik bermain game, saya sering lupa memiliki janji dengan orang lain  | (13) Saya meninggalkan permainan ketika ada orang memanggil saya<br>(14) Lebih nyaman beraktivitas bersama keluarga daripada   | 8   |

|  |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|--|
|  |   |   | <p>(11) Saya asik bermain game walau ada teman yang mengajak mengobrol</p> <p>(12) Saya lebih memilih game daripada berkumpul dengan teman-teman</p>  | <p>memainkan game online</p> <p>(15) Saya akan berhenti bermain game dan langsung mengerjakan perintah dari orang tua</p> <p>(16) Saya lebih memilih berkumpul dengan teman-teman daripada bermain game</p> |  |
| Emosi<br>(Reaksi emosi dari pemain game online yang meliputi rasa suka, gembira, marah atau kesal pada saat bermain game online sehingga menyebabkan para pemain semakin tenggelam dalam permainan tersebut) | Perasaan senang saat bermain <i>game online</i> | <p>(17) Saya sangat senang jika bisa lolos ke level selanjutnya dalam game yang sedang saya mainkan</p> <p>(18) Saya menceritakan ke teman-teman ketika saya menang bermain game online</p> <p>(21) Saya membuat cerita di sosial media setelah memenangkan permainan</p> | <p>(19) Meskipun saya menang bermain game, saya merasa bosan</p> <p>(20) Bermain game sekedar media hiburan bagi saya sesaat</p> <p>(23) Bermain game sekedar menghilangkan rasa bosan saat ada waktu luang saja</p> <p>(24) Saya bermain game hanya ketika</p> | 8   |  |

|  |  |  |   |  |    |
|--|--|--|---|--|----|
|  |  |  | (22) Saat lolos ke level selanjutnya, saya semakin bersemangat untuk memenangkan level yang lebih tinggi  | semua pekerjaan telah selesai  |    |
|  |  | Perasaan sedih saat bermain <i>game online</i> | (25) Kekalahan dalam bermain game membuat saya sangat kesal<br>(26) Saya merasa marah jika berkali-kali tidak lolos ke level selanjutnya<br>(27) Saya gelisah jika tidak bisa memenangkan level permainan saya<br>(28) Saya akan kesal jika ada yang melarang saya bermain game | (29) Kekalahan saat bermain game tidak berpengaruh terhadap saya<br>(30) Saya merasa biasa saja jika berkali-kali tidak bisa naik ke level berikutnya<br>(31) Saya merasa biasa saja jika tidak bisa memenangkan permainan<br>(32) Jika orang tua saya melarang bermain game, maka saya mengikutinya | 8  |
|  |  | Jumlah   | 16  | 16   | 32 |

## 2. Skala *SelfRegulation*

| Variabel                   | Aspek   | Indikator<br>Perilaku          | No item  |  | Jm<br>l |
|----------------------------|---|--------------------------------|--|--|---------|
|                            |   |                                | Favorable  | Unfavorable  |         |
| <i>Self<br/>Regulation</i> | <i>Metakognisi</i><br>(Kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan, mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar) | Merencanakan aktivitas belajar | (1) Saya mempunyai jadwal belajar setiap hari<br>(2) Saat malam hari, saya mempersiapkan pembelajaran yang sesuai dengan jadwal pelajaran besok<br>(3) Saya merancang rencana pembelajaran dalam satu semester | (7) Saya hanya belajar ketika ada ulangan<br>(8) Saya sering lupa jadwal pelajaran yang akan diajarkan untuk besok<br>(9) Belajar seperlunya untuk mempersiapkan diri menghadapi ujian                         | 6       |
|                            |   | Memonitor aktivitas belajar    | (4) Saya akan mempertahankan cara belajar saya<br>(5) Saya mencatat hal penting pada aktivitas belajar saya<br>(6) Sebelum mengumpulkan pekerjaan rumah kepada guru, saya memeriksanya kembali                 | (10) Saya bingung menentukan gaya belajar<br>(11) Saya membiarkan hasil ujian yang sudah dikerjakan, karena ujian yang sudah berlalu biarlah berlalu<br>(12) Saya mengabaikan soal-soal yang saya anggap sulit | 6       |

|  |  |   |   |   |   |
|--|--|---|---|---|---|
|  |  | Mengevaluasi aktivitas belajar              | (16) Saya mengevaluasi hasil belajar selama satu semester<br>(17) Saya mengevaluasi cara belajar yang saya gunakan<br>(18) Pada saat guru membahas PR, saya menyimak dan meneliti bagian mana saja yang salah dari PR yang sudah dikerjakan | (13) Saya tidak pernah mengevaluasi hasil belajar<br>(14) Saya mengumpulkan tugas apa adanya tanpa saya koreksi kembali<br>(15) Saya tidak peduli jika nilai ujian saya turun | 6 |
|  | Motivasi (Pendorong ( <i>drive</i> ) yang ada pada diri individu yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi yang dimiliki dalam aktivitas belajar) | Keinginan untuk melakukan aktivitas belajar | (19) Saya bersemangat menyelesaikan semua tugas yang diberikan oleh guru<br>(20) Saya mengerjakan tugas dengan sungguh-sungguh<br>(21) Saya suka mencari tahu tentang informasi yang menyangkut materi pelajaran dari internet              | (22) Saya malas mengerjakan tugas<br>(23) Saya mengerjakan tugas seadanya<br>(24) Saya akan mengurangi tingkat saya bermain game ketika nilai ujian saya menurun.             | 6 |
|  |  | Keinginan menyelesaikan tugas               | (25) Apabila mendapatkan tugas dari guru, saya  | (28) dibandingkan mengerjakan PR  | 6 |

|  |  |                                |   |   |   |
|--|--|--------------------------------|---|---|---|
|  |  |                                | <p>langsung mengerjakannya pada hari itu juga</p> <p>(26) Saya menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru baik tugas individu maupun kelompok</p> <p>(27) Saya senang mengerjakan soal baik individu maupun kelompok</p>  | <p>saya bermain game online terlebih dahulu sampai puas</p> <p>(29) Saya mengumpulkan tugas, tanpa harus memeriksa kembali jawaban saya</p> <p>(30) Ketika ada tugas kelompok, saya menunggu hasil pekerjaan dari teman</p>                     |   |
|  |  | Keinginan menambah pengetahuan | <p>(31) Agar dapat memahami sebuah materi, saya mencoba mengerjakan latihan-latihan soal</p> <p>(32) Selain buku atau LKS yang digunakan guru, saya menggunakan buku lain yang mendukung materi mata pelajaran</p> <p>(33) Saya suka mencari tahu tentang informasi yang menyangkut</p> | <p>(37) Menurut saya mencari buku-buku lain selain yang dipakai guru hanya membuat bingung</p> <p>(38) Setelah mempelajari suatu materi pelajaran, saya merasa itu cukup tanpa harus mengetahui seberapa jauh pemaham saya</p> <p>(39) Saya</p> | 6 |

|  |   |  |   |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
|  |   |  | materi pelajaran dari internet  | mengerjakan latihan-latihan soal hanya ketika di minta oleh guru |  |
| Perilaku (Upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar) | Upaya individu untuk mengatur lingkungan agar mendukung aktivitas belajar | (34) Saya menghilangkan segala gangguan yang mungkin muncul dalam belajar<br>(35) Saya mengatur tempat belajar sebelum memulai belajar<br>(36) Saya menata kembali buku-buku pelajaran, setelah selesai menggunakannya | (40) Lampu tempat belajar saya agak redup<br>(41) Saya membiarkan tempat belajar saya berantakan<br>(42) Saya belajar sambil menonton televisi  | 6  |  |
|  | Upaya individu memanfaatkan lingkungan agar mendukung aktivitas belajar   | (43) Jika saya kesulitan dalam belajar, saya akan mendatangi perpustakaan<br>(44) Saya berusaha mencari tempat duduk yang nyaman bagi saya belajar ketika di kelas<br>(45) Setelah guru memberikan tugas,              | (46) Saya malas bertanya kepada guru jika tidak paham terhadap materi yang disampaikan<br>(47) Pada saat di kelas, saya lebih memilih tempat duduk di belakang daripada di depan karena | 6  |  |

|        |  |   |   |   |    |
|--------|--|---|---|---|----|
|        |  |   | saya membentuk kelompok belajar untuk mengerjakan bersama   | lebih mudah mengobrol dengan teman (48) Pada saat mengerjakan tugas, saya hanya menggunakan buku atau LKS yang dipakai guru untuk mengerjakannya  |    |
|        |  | Upaya individu menyeleksi lingkungan agar mendukung aktivitas belajar | (49) Saya memilih tempat belajar yang saya anggap nyaman<br>(50) Ketika saya kebingungan dalam menjawab pertanyaan, saya akan bertanya ke guru dan teman<br>(51) Apabila ujian selesai, saya mengurangi jam bermain | (52) Saya belajar jika sudah mendekati ujian<br>(53) Saya lebih memilih bermain game online bersama teman-teman daripada belajar<br>(54) Saya sulit menemukan tempat belajar yang nyaman di rumah | 6  |
| Jumlah |  |   | 27  | 27  | 54 |

### 3. Blue Print Skala Motivasi Belajar

| Variabel         | Aspek  | Indikator<br>Perilaku           | No item  |   | Jml |
|------------------|--|---------------------------------|--|---|-----|
|                  |  |                                 | Favorable  | Unfavorable   |     |
| Motivasi Belajar | Perhatian (Siswa menangkap rasa minat untuk belajar dengan memberikan atensi pada pembelajaran sehingga rasa ingin tahu akan muncul) | Perhatian terhadap pembelajaran | (1) Saya memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung<br>(2) Saya mengikuti belajar kelompok dengan seksama<br>(3) Saya mencatat tugas-tugas yang diberikan guru                           | (7) Saya mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung<br>(8) Lebih baik bermain game bersama daripada belajar kelompok<br>(9) Saya malas mencatat tugas yang diberikan guru | 6   |
|                  |  | Minat untuk belajar             | (4) Saya belajar sendiri saat guru tidak masuk ke kelas<br>(5) Saya membaca kembali catatan yang diberikan oleh guru<br>(6) Ketika di rumah, saya mempelajari materi yang didapat dari sekolah | (10) Saya menunda belajar sampai diingatkan oleh orang tua<br>(11) Saya mudah bosan ketika sedang belajar<br>(12) Saya belajar karena dipaksa orang tua                             | 6   |

|  |  |  |  |   |   |
|--|--|--|--|---|---|
|  | Relevansi<br>(Pandangan siswa terhadap hubungan pelajaran dengan manfaat dan aplikasinya pada kehidupan sehari-hari) | Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan manfaatnya pada kehidupan sehari-hari  | (13) Saya giat belajar agar cita-cita saya tercapai<br>(14) Saya suka mengerjakan latihan soal agar pandai<br>mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru<br>(15) Saya belajar agar menjadi pandai                            | (16) Kesuksesan saya dimasa depan tidak ada kaitannya dengan kesungguhan belajar saya saat ini<br>(17) Belajar hanya menghabiskan waktu saya<br>(18) Belajar tidak mempengaruhi masa depan saya                                 | 6 |
|  |  | Pandangan siswa terhadap hubungan mata pelajaran dengan aplikasinya pada kehidupan sehari-hari | (19) Saya berpikir belajar akan memudahkan saya dalam memecahkan masalah<br>(20) Saya yakin jika belajar akan membuat saya lancar dalam mengerjakan ujian<br>(21) Saya belajar agar mendapatkan peringkat yang saya inginkan | (25) Saya tidak tau manfaat dari pelajaran yang diberikan oleh guru<br>(26) Pelajaran tidak sesuai dengan apa yang saya harapkan<br>(27) Saya berpikir pelajaran yang diberikan oleh guru tidak berkaitan dengan cita-cita saya | 6 |

|  |  |   |  |   |   |
|--|--|---|--|---|---|
|  | Percaya Diri<br>(Keyakinan diri siswa dalam belajar dan menyelesaikan masalah) | Keyakinan diri siswa saat belajar               | (22) Saya siap belajar rajin untuk mendapatkan ranking yang saya harapkan<br>(23) Saya yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik<br>(24) Saya yakin bisa memahami setiap pelajaran yang diajarkan oleh guru                        | (28) Jika menghadapi PR yang sulit, saya lebih memilih untuk mencontek teman saja<br>(29) Saya merasa ragu dapat menyelesaikan setiap tugas mata pelajaran yang diberikan<br>(30) Saya ragu bisa mendapat nilai yang baik                   | 6 |
|  |  | Keyakinan diri siswa saat menyelesaikan masalah | (31) Saya dapat menyelesaikan tugas dengan kemampuan saya sendiri<br>(32) Saya yakin bahwa kesalahan adalah proses untuk berkembang menjadi lebih baik.<br>(33) Jika saya mendapat nilai jelek, saya yakin akan mampu memperbaikinya | (34) Saya kehilangan kepercayaan diri ketika mengalami kegagalan menyelesaikan tugas<br>(35) Jika ada soal yang sulit maka saya tidak akan mengerjakannya<br>(36) Saya takut mencoba sesuatu karena pikiran saya dibayangkan oleh kegagalan |   |
|  | Kepuasan   | Puas setelah                                    | (37) Saya merasa   | (43) Saya biasa   | 6 |

|  |  |                                       |   |   |    |
|--|--|---------------------------------------|---|---|----|
|  | (Rasa puas dari dalam diri siswa setelah memecahkan permasalahan yang sedang dipelajari) | memecahkan permasalahan dalam belajar | puas jika dapat mengerjakan tugas dengan baik<br>(38) Saya merasa puas ketika bisa menjawab pertanyaan guru dengan baik<br>(39) Saya merasa puas jika dapat mengerjakan soal tanpa bantuan teman                          | saja saat mendapatkan nilai di atas rata-rata di kelas<br>(44) Jika saya dapat menjawab pertanyaan dari guru, saya merasa biasa saja<br>(45) Saya merasa biasa saja jika dapat mengerjakan tugas tanpa bantuan orang lain                 |    |
|  |  | Puas setelah berhasil meraih tujuan   | (40) Saya merasa puas jika dapat menyelesaikan tugas tepat waktu<br>(41) Saya akan lebih giat belajar jika hasil ujian saya buruk<br>(42) Saya semakin semangat belajar ketika mampu meraih peringkat yang saya targetkan | (46) Jika saya mendapat peringkat yang saya inginkan, saya akan berhenti belajar<br>(47) Saya akan berhenti belajar ketika mendapatkan tujuan yang saya inginkan<br>(48) mendapatkan nilai di atas KKM bukanlah sebuah prestasi bagi saya | 6  |
|  |  | Jumlah                                | 24  | 24  | 48 |

**LAMPIRAN 2**  
**SKALA PENELITIAN**

**IDENTITAS DIRI**

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Kelas :

**PETUNJUK PENGISIAN**

1. Tuliskan identitas Anda.
2. Perhatikan pernyataan secara teliti dan pilih salah satu opsi jawaban yang telah tersedia sesuai dengan keadaan Anda dan beri tanda  $\surd$
3. Jawablah setiap pernyataan dengan jujur. Hasil dari skala ini tidak akan memberi pengaruh apapun pada aktivitas Anda
4. Pastikan semua pernyataan terisi dan tidak ada yang terlewatkan, karena semua hasil maupun jawaban dari skala ini akan dijaga kerahasiaannya.
5. Apabila ada pertanyaan bisa hubungi ke Whatsapp 087898709045 (Alfin Maulana Rizqi)

Keterangan:

Jawablah pernyataan dengan memilih:

SS :Bila Anda merasa Sangat Setuju dengan pernyataan tersebut

S : Bila Anda merasa Setujudengan pernyataan tersebut

TS : Bila Anda merasa Tidak Setujudengan pernyataan tersebut

STS : Bila Anda merasa Sangat Tidak Setujudengan pernyataan tersebut

| <b>NO</b> | <b>PERNYATAAN</b>   | <b>Jawaban</b>  |
|-----------|---|---|
| 1.        | Dalam seminggu Saya bermain <i>game online</i> sebanyak           | a. Kurang dari 5 kali<br>b. kali<br>c. 14 kali<br>d. Lebih dari 14 kali   |
| 2.        | Jika dihitung dalam 1 hari maka saya bermain game online sebanyak | a. Kurang dari 5 kali<br>b. 7 kali<br>c. 14 kali<br>d. Lebih dari 14 kali |
| 3.        | Lamanya Saya bermain <i>game online</i> dalam 1 hari              | a. 1-2 jam<br>b. 3-4 jam<br>c. 5-6 jam<br>d. 7 jam lebih                  |

| <b>NO</b> | <b>PERNYATAAN</b>   | <b>Jawaban</b> |          |           |            |
|-----------|---|----------------|----------|-----------|------------|
|           |   | <b>SS</b>      | <b>S</b> | <b>TS</b> | <b>STS</b> |
| 1.        | Saya sangat senang jika bisa lolos ke level selanjutnya dalam game yang sedang saya mainkan |                |          |           |            |
| 2.        | Saya sering tidak mendengar panggilan orang lain ketika sedang asik bermain game            |                |          |           |            |
| 3.        | Kekalahan dalam bermain game membuat saya sangat kesal                                      |                |          |           |            |
| 4.        | Saya meninggalkan permainan ketika ada orang memanggil saya                                 |                |          |           |            |
| 5.        | Saya malas mengangkat telepon ketika sedang bermain game                                    |                |          |           |            |
| 6.        | Jika sedang asyik bermain game, saya sering lupa memiliki janji dengan orang lain           |                |          |           |            |
| 7.        | Jika orang tua saya melarang bermain game, maka saya mengikutinya                           |                |          |           |            |
| 8.        | Lebih nyaman beraktivitas bersama keluarga daripada memainkan game online                   |                |          |           |            |
| 9.        | Saya sering telat makan ketika sedang asik bermain  |                |          |           |            |

|     |   |  |  |  |  |
|-----|---|--|--|--|--|
|     | game online   |  |  |  |  |
| 10. | Saya lebih memilih berkumpul dengan teman-teman daripada bermain game                               |  |  |  |  |
| 11. | Saya akan meninggalkan game online saya ketika waktu belajar telah tiba                             |  |  |  |  |
| 12. | Saya merasa marah jika berkali-kali tidak lolos ke level selanjutnya                                |  |  |  |  |
| 13. | Saya malas untuk mandi jika sudah bermain game  |  |  |  |  |
| 14. | Saya gelisah jika tidak bisa memenangkan level permainan saya                                       |  |  |  |  |
| 15. | Saya berhenti bermain game ketika waktu mandi telah tiba  |  |  |  |  |
| 16. | Meskipun saya menang bermain game, saya merasa bosan  |  |  |  |  |
| 17. | Saya akan menunda belajar saat sedang asik bermain game   |  |  |  |  |
| 18. | Saya menceritakan ke teman-teman ketika saya menang bermain game online                             |  |  |  |  |
| 19. | Saya akan kesal jika ada yang melarang saya bermain game  |  |  |  |  |
| 20. | Saat lolos ke level selanjutnya, saya semakin bersemangat untuk memenangkan level yang lebih tinggi |  |  |  |  |

### **SKALA PENELITIAN *SELF REGULATION***

| NO | PERNYATAAN   | Jawaban |   |    |     |
|----|--|---------|---|----|-----|
|    |  | SS      | S | TS | STS |
| 1. | Jika saya kesulitan dalam belajar, saya akan mendatangi perpustakaan |         |   |    |     |
| 2. | Saya bersemangat menyelesaikan semua tugas yang diberikan oleh guru  |         |   |    |     |
| 3. | Saya malas mengerjakan tugas   |         |   |    |     |

|     |   |  |  |  |  |
|-----|---|--|--|--|--|
| 4.  | Menurut saya mencari buku-buku lain selain yang dipakai guru hanya membuat bingung  |  |  |  |  |
| 5.  | Saya menata kembali buku-buku pelajaran, setelah selesai menggunakannya   |  |  |  |  |
| 6.  | Saya membiarkan tempat belajar saya berantakan  |  |  |  |  |
| 7.  | Saya mencatat hal penting pada aktivitas belajar saya   |  |  |  |  |
| 8.  | Saya mengevaluasi hasil belajar selama satu semester  |  |  |  |  |
| 9.  | Saya hanya belajar ketika ada ulangan   |  |  |  |  |
| 10. | Saya tidak pernah mengevaluasi hasil belajar  |  |  |  |  |
| 11. | Saya mengumpulkan tugas apa adanya tanpa saya koreksi kembali   |  |  |  |  |
| 12. | Saya mengerjakan tugas seadanya   |  |  |  |  |
| 13. | Dibandingkan mengerjakan PR, saya bermain game online terlebih dahulu sampai puas   |  |  |  |  |
| 14. | Saat malam hari, saya mempersiapkan pembelajaran yang sesuai dengan jadwal pelajaran besok                                  |  |  |  |  |
| 15. | Pada saat di kelas, saya lebih memilih tempat duduk di belakang daripada di depan karena lebih mudah mengobrol dengan teman |  |  |  |  |
| 16. | Apabila mendapatkan tugas dari guru, saya langsung mengerjakannya pada hari itu juga  |  |  |  |  |
| 17. | Selain buku atau LKS yang digunakan guru, saya menggunakan buku lain yang mendukung materi mata pelajaran                   |  |  |  |  |
| 18. | Saya menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru baik tugas individu maupun kelompok                                       |  |  |  |  |
| 19. | Saya bingung menentukan gaya belajar  |  |  |  |  |
| 20. | Saya lebih memilih bermain game online bersama teman-teman daripada belajar   |  |  |  |  |
| 21. | Saya membiarkan hasil ujian yang sudah dikerjakan, karena ujian yang sudah berlalu biarlah berlalu                          |  |  |  |  |
| 22. | Sebelum mengumpulkan pekerjaan rumah kepada   |  |  |  |  |

|     |  |  |  |  |  |
|-----|--|--|--|--|--|
|     | guru, saya memeriksanya kembali  |  |  |  |  |
| 23. | Saya mengabaikan soal-soal yang saya anggap sulit  |  |  |  |  |
| 24. | Saya mengumpulkan tugas, tanpa harus memeriksa kembali jawaban saya  |  |  |  |  |
| 25. | Apabila ujian selesai, saya mengurangi jam bermain   |  |  |  |  |
| 26. | Saya mengerjakan latihan-latihan soal hanya ketika di minta oleh guru  |  |  |  |  |
| 27. | Saya tidak peduli jika nilai ujian saya turun  |  |  |  |  |
| 28. | Saya mengevaluasi cara belajar yang saya gunakan   |  |  |  |  |
| 29. | Saya sering lupa jadwal pelajaran yang akan diajarkan untuk besok  |  |  |  |  |
| 30. | Pada saat guru membahas PR, saya menyimak dan meneliti bagian mana saja yang salah dari PR yang sudah dikerjakan |  |  |  |  |
| 31. | Ketika ada tugas kelompok, saya menunggu hasil pekerjaan dari teman  |  |  |  |  |
| 32. | Saya senang mengerjakan soal baik individu maupun kelompok   |  |  |  |  |

### SKALA PENELITIAN MOTIVASI BELAJAR

| NO | PERNYATAAN  | Jawaban |   |    |     |
|----|---|---------|---|----|-----|
|    |   | SS      | S | TS | STS |
| 1. | Saya membaca kembali catatan yang diberikan oleh guru     |         |   |    |     |
| 2. | Saya giat belajar agar cita-cita saya tercapai            |         |   |    |     |
| 3. | Saya menunda belajar sampai diingatkan oleh orang tua     |         |   |    |     |
| 4. | Saya mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung |         |   |    |     |
| 5. | Lebih baik bermain game bersama daripada belajar kelompok |         |   |    |     |
| 6. | Saya takut mencoba sesuatu karena pikiran saya            |         |   |    |     |

|     |   |  |  |  |  |
|-----|---|--|--|--|--|
|     | dibayang-bayangi oleh kegagalan   |  |  |  |  |
| 7.  | Saya ragu bisa mendapat nilai yang baik   |  |  |  |  |
| 8.  | Saya dapat menyelesaikan tugas dengan kemampuan saya sendiri                              |  |  |  |  |
| 9.  | Saya merasa puas jika dapat mengerjakan tugas dengan baik                                 |  |  |  |  |
| 10. | Saya akan lebih giat belajar jika hasil ujian saya buruk                                  |  |  |  |  |
| 11. | Saya yakin bahwa kesalahan adalah proses untuk berkembang menjadi lebih baik              |  |  |  |  |
| 12. | Saya merasa puas jika dapat mengerjakan soal tanpa bantuan teman                          |  |  |  |  |
| 13. | Saya yakin jika belajar akan membuat saya lancar dalam mengerjakan ujian                  |  |  |  |  |
| 14. | Saya berpikir pelajaran yang diberikan oleh guru tidak berkaitan dengan cita-cita saya    |  |  |  |  |
| 15. | Saya belajar agar mendapatkan peringkat yang saya inginkan                                |  |  |  |  |
| 16. | Ketika di rumah, saya mempelajari materi yang didapat dari sekolah                        |  |  |  |  |
| 17. | Saya suka mengerjakan latihan soal agar pandai mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru |  |  |  |  |
| 18. | Saya memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung                                     |  |  |  |  |
| 19. | Saya mudah bosan ketika sedang belajar  |  |  |  |  |
| 20. | Saya mengikuti belajar kelompok dengan seksama  |  |  |  |  |
| 21. | Saya malas mencatat tugas yang diberikan guru   |  |  |  |  |
| 22. | Saya mencatat tugas-tugas yang diberikan guru   |  |  |  |  |
| 23. | Kesuksesan saya dimasa depan tidak ada kaitannya dengan kesungguhan belajar saya saat ini |  |  |  |  |
| 24. | Belajar hanya menghabiskan waktu saya   |  |  |  |  |
| 25. | Saya merasa puas jika dapat menyelesaikan tugas tepat waktu                               |  |  |  |  |

|     |   |  |  |  |  |
|-----|---|--|--|--|--|
| 26. | Jika saya dapat menjawab pertanyaan dari guru, saya merasa biasa saja           |  |  |  |  |
| 27. | Saya kehilangan kepercayaan diri ketika mengalami kegagalan menyelesaikan tugas |  |  |  |  |
| 28. | Jika saya mendapat peringkat yang saya inginkan, saya akan berhenti belajar     |  |  |  |  |
| 29. | Jika ada soal yang sulit maka saya tidak akan mengerjakannya                    |  |  |  |  |
| 30. | Saya siap belajar rajin untuk mendapatkan ranking yang saya harapkan            |  |  |  |  |
| 31. | Saya akan berhenti belajar ketika mendapatkan tujuan yang saya inginkan         |  |  |  |  |
| 32. | Saya belajar agar menjadi pandai  |  |  |  |  |
| 33. | Belajar tidak mempengaruhi masa depan saya                                      |  |  |  |  |
| 34. | Jika saya mendapat nilai jelek, saya yakin akan mampu memperbaikinya            |  |  |  |  |

### LAMPIRAN 3

#### HASIL UJI COBA VALIDITAS DAN RELIABILITAS

##### 1. Uji Validitas dan Reliabilitas Pertama

###### a. Skala Motivasi Belajar

###### Case Processing Summary

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 50 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 50 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

###### Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .893             | 48         |

**Item-Total Statistics**

|     | Scale Mean if<br>Item Deleted | Scale Variance if Item<br>Deleted | Corrected<br>Item-Total<br>Correlation | Cronbach's<br>Alpha if Item<br>Deleted |
|-----|-------------------------------|-----------------------------------|--|--|
| Y1  | 135.12                        | 195.087                           | .450                                   | .890                                   |
| Y2  | 135.38                        | 196.485                           | .308                                   | .891                                   |
| Y3  | 135.10                        | 193.520                           | .455                                   | .889                                   |
| Y4  | 135.90                        | 198.010                           | .201                                   | .893                                   |
| Y5  | 135.62                        | 191.016                           | .494                                   | .889                                   |
| Y6  | 135.58                        | 191.963                           | .492                                   | .889                                   |
| Y7  | 135.74                        | 190.727                           | .536                                   | .888                                   |
| Y8  | 135.64                        | 189.827                           | .512                                   | .888                                   |
| Y9  | 135.44                        | 189.394                           | .592                                   | .887                                   |
| Y10 | 135.50                        | 194.990                           | .355                                   | .891                                   |
| Y11 | 135.98                        | 194.551                           | .370                                   | .890                                   |
| Y12 | 135.46                        | 197.029                           | .259                                   | .892                                   |
| Y13 | 135.14                        | 194.245                           | .360                                   | .891                                   |
| Y14 | 135.24                        | 190.309                           | .574                                   | .888                                   |
| Y15 | 135.10                        | 195.398                           | .354                                   | .891                                   |
| Y16 | 135.56                        | 193.680                           | .320                                   | .891                                   |
| Y17 | 135.12                        | 189.496                           | .541                                   | .888                                   |
| Y18 | 135.30                        | 187.398                           | .637                                   | .886                                   |
| Y19 | 135.48                        | 199.479                           | .097                                   | .895                                   |
| Y20 | 134.88                        | 196.230                           | .317                                   | .891                                   |
| Y21 | 134.80                        | 193.551                           | .509                                   | .889                                   |
| Y22 | 135.06                        | 190.466                           | .577                                   | .888                                   |
| Y23 | 135.06                        | 200.547                           | .117                                   | .893                                   |
| Y24 | 135.26                        | 200.645                           | .111                                   | .893                                   |
| Y25 | 135.48                        | 199.969                           | .100                                   | .894                                   |
| Y26 | 135.62                        | 197.751                           | .224                                   | .892                                   |
| Y27 | 135.22                        | 190.257                           | .566                                   | .888                                   |
| Y28 | 135.98                        | 196.142                           | .223                                   | .893                                   |
| Y29 | 135.96                        | 197.549                           | .229                                   | .892                                   |
| Y30 | 135.88                        | 193.985                           | .464                                   | .889                                   |
| Y31 | 135.22                        | 193.481                           | .444                                   | .890                                   |
| Y32 | 134.88                        | 193.700                           | .434                                   | .890                                   |

|     |        |         |       |      |
|-----|--------|---------|-------|------|
| Y33 | 135.26 | 194.196 | .545  | .889 |
| Y34 | 135.48 | 195.479 | .370  | .891 |
| Y35 | 135.36 | 190.929 | .445  | .889 |
| Y36 | 135.30 | 193.561 | .440  | .890 |
| Y37 | 134.98 | 194.347 | .350  | .891 |
| Y38 | 134.92 | 199.667 | .120  | .894 |
| Y39 | 135.32 | 193.936 | .432  | .890 |
| Y40 | 135.18 | 195.253 | .354  | .891 |
| Y41 | 135.38 | 193.465 | .369  | .891 |
| Y42 | 135.20 | 198.408 | .233  | .892 |
| Y43 | 135.84 | 203.974 | -.097 | .896 |
| Y44 | 135.64 | 194.072 | .396  | .890 |
| Y45 | 135.70 | 201.520 | .041  | .894 |
| Y46 | 134.96 | 194.529 | .424  | .890 |
| Y47 | 135.44 | 189.149 | .513  | .888 |
| Y48 | 135.56 | 195.966 | .244  | .893 |

b. Skala intensitas bermain *game online*

**Case Processing Summary**

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 50 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 50 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .867             | 36         |

**Item-Total Statistics**

|      | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| x1.1 | 77.58                      | 135.963                        | .500                             | .861                             |
| x1.2 | 77.42                      | 137.800                        | .383                             | .864                             |

|      |       |         |      |      |
|------|-------|---------|------|------|
| x1.3 | 77.64 | 138.602 | .345 | .865 |
| x1.4 | 77.42 | 140.616 | .292 | .866 |
| X1   | 77.38 | 140.363 | .374 | .864 |
| X2   | 77.30 | 137.194 | .565 | .859 |
| X3   | 77.64 | 140.847 | .441 | .863 |
| X4   | 77.54 | 135.111 | .636 | .857 |
| X5   | 77.62 | 148.281 | .000 | .872 |
| X6   | 77.96 | 144.080 | .343 | .865 |
| X7   | 77.80 | 140.939 | .436 | .863 |
| X8   | 77.80 | 140.735 | .413 | .863 |
| X9   | 77.60 | 139.429 | .493 | .861 |
| X10  | 77.54 | 135.886 | .655 | .857 |
| X11  | 77.64 | 144.888 | .240 | .866 |
| X12  | 77.88 | 143.659 | .263 | .866 |
| X13  | 77.66 | 141.658 | .464 | .863 |
| X14  | 77.90 | 138.092 | .483 | .861 |
| X15  | 77.98 | 142.306 | .302 | .865 |
| X16  | 77.90 | 141.398 | .369 | .864 |
| X17  | 77.18 | 137.620 | .519 | .860 |
| X18  | 77.44 | 140.456 | .427 | .863 |
| X19  | 77.48 | 140.418 | .389 | .863 |
| X20  | 77.86 | 148.368 | .029 | .869 |
| X21  | 77.96 | 145.713 | .179 | .867 |
| X22  | 77.36 | 142.072 | .323 | .865 |
| X23  | 77.80 | 147.143 | .093 | .869 |
| X24  | 77.36 | 144.317 | .259 | .866 |
| X25  | 77.38 | 141.873 | .333 | .865 |
| X26  | 77.52 | 139.071 | .479 | .861 |
| X27  | 77.54 | 140.213 | .495 | .862 |
| X28  | 77.60 | 139.102 | .492 | .861 |
| X29  | 77.62 | 145.220 | .173 | .868 |
| X30  | 77.56 | 143.068 | .309 | .865 |
| X31  | 77.68 | 144.834 | .203 | .867 |
| X32  | 77.86 | 141.837 | .374 | .864 |

c. Skala *Self Regulation*

**Case Processing Summary**

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 50 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 50 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .876             | 54         |

**Item-Total Statistics**

|       | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| X2.1  | 140.60                     | 194.939                        | .208                             | .876                             |
| x2.2  | 140.48                     | 187.030                        | .624                             | .870                             |
| X2.3  | 140.86                     | 194.368                        | .271                             | .875                             |
| X2.4  | 140.52                     | 194.704                        | .234                             | .875                             |
| X2.5  | 140.68                     | 193.406                        | .300                             | .874                             |
| X2.6  | 140.50                     | 188.827                        | .599                             | .871                             |
| X2.7  | 141.18                     | 191.498                        | .328                             | .874                             |
| X2.8  | 141.08                     | 187.504                        | .435                             | .872                             |
| X2.9  | 141.46                     | 196.498                        | .089                             | .878                             |
| X2.10 | 141.10                     | 191.031                        | .392                             | .873                             |
| X2.11 | 141.12                     | 187.863                        | .515                             | .871                             |
| X2.12 | 141.02                     | 190.673                        | .314                             | .874                             |
| X2.13 | 140.94                     | 188.425                        | .559                             | .871                             |
| X2.14 | 141.08                     | 189.993                        | .366                             | .873                             |
| X2.15 | 140.54                     | 188.009                        | .582                             | .871                             |
| X2.16 | 140.92                     | 191.300                        | .424                             | .873                             |
| X2.17 | 140.78                     | 191.196                        | .394                             | .873                             |
| X2.18 | 140.52                     | 192.255                        | .377                             | .874                             |
| X2.19 | 140.72                     | 183.757                        | .584                             | .869                             |

|       |        |         |       |      |
|-------|--------|---------|-------|------|
| X2.20 | 140.50 | 192.092 | .339  | .874 |
| X2.21 | 140.76 | 198.798 | -.002 | .878 |
| X2.22 | 140.84 | 186.545 | .519  | .871 |
| X2.23 | 141.50 | 191.847 | .370  | .874 |
| X2.24 | 141.46 | 197.560 | .042  | .879 |
| X2.25 | 140.74 | 186.196 | .558  | .870 |
| X2.26 | 140.60 | 188.776 | .587  | .871 |
| X2.27 | 140.56 | 189.598 | .482  | .872 |
| X2.28 | 140.70 | 188.663 | .453  | .872 |
| X2.29 | 140.88 | 189.169 | .442  | .872 |
| X2.30 | 141.12 | 185.332 | .577  | .870 |
| X2.31 | 140.72 | 192.777 | .293  | .875 |
| X2.32 | 140.88 | 190.271 | .465  | .872 |
| X2.33 | 140.86 | 195.633 | .180  | .876 |
| X2.34 | 140.78 | 197.359 | .080  | .877 |
| X2.35 | 140.64 | 195.460 | .181  | .876 |
| X2.36 | 140.46 | 193.151 | .361  | .874 |
| X2.37 | 140.98 | 189.040 | .475  | .872 |
| X2.38 | 141.10 | 198.092 | .032  | .878 |
| X2.39 | 141.24 | 189.900 | .449  | .872 |
| X2.40 | 140.92 | 198.524 | .012  | .878 |
| X2.41 | 140.96 | 192.366 | .308  | .874 |
| X2.42 | 141.02 | 193.489 | .221  | .876 |
| X2.43 | 140.60 | 189.510 | .351  | .874 |
| X2.44 | 140.66 | 198.882 | -.003 | .878 |
| X2.45 | 140.94 | 199.241 | -.033 | .880 |
| X2.46 | 141.10 | 193.194 | .293  | .875 |
| X2.47 | 141.06 | 188.058 | .523  | .871 |
| X2.48 | 141.42 | 204.371 | -.289 | .883 |
| X2.49 | 140.62 | 198.567 | .010  | .878 |
| X2.50 | 140.66 | 195.127 | .195  | .876 |
| X2.51 | 140.84 | 191.933 | .360  | .874 |
| X2.52 | 141.58 | 198.249 | .021  | .878 |
| x2.53 | 140.78 | 187.440 | .508  | .871 |
| x2.54 | 141.04 | 195.264 | .171  | .876 |

## 2. Uji Validitas dan Reliabilitas Kedua

### a. Motivasi belajar

#### Case Processing Summary

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 50 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 50 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .908             | 34         |

#### Item-Total Statistics

|     | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-----|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Y1  | 96.90                      | 148.745                        | .423                             | .905                             |
| Y2  | 97.16                      | 149.443                        | .317                             | .907                             |
| Y3  | 96.88                      | 146.516                        | .485                             | .905                             |
| Y5  | 97.40                      | 144.939                        | .487                             | .904                             |
| Y6  | 97.36                      | 146.113                        | .464                             | .905                             |
| Y7  | 97.52                      | 144.622                        | .533                             | .904                             |
| Y8  | 97.42                      | 144.575                        | .471                             | .905                             |
| Y9  | 97.22                      | 143.073                        | .610                             | .902                             |
| Y10 | 97.28                      | 148.369                        | .350                             | .906                             |
| Y11 | 97.76                      | 148.309                        | .345                             | .907                             |
| Y13 | 96.92                      | 147.014                        | .393                             | .906                             |
| Y14 | 97.02                      | 143.612                        | .608                             | .903                             |
| Y15 | 96.88                      | 147.944                        | .397                             | .906                             |
| Y16 | 97.34                      | 146.556                        | .345                             | .907                             |
| Y17 | 96.90                      | 143.071                        | .562                             | .903                             |
| Y18 | 97.08                      | 141.789                        | .631                             | .902                             |
| Y20 | 96.66                      | 149.372                        | .317                             | .907                             |

|     |       |         |      |      |
|-----|-------|---------|------|------|
| Y21 | 96.58 | 146.902 | .518 | .904 |
| Y22 | 96.84 | 144.178 | .587 | .903 |
| Y27 | 97.00 | 144.694 | .535 | .904 |
| Y30 | 97.66 | 147.453 | .461 | .905 |
| Y31 | 97.00 | 146.531 | .471 | .905 |
| Y32 | 96.66 | 146.841 | .453 | .905 |
| Y33 | 97.04 | 147.386 | .563 | .904 |
| Y34 | 97.26 | 149.013 | .350 | .906 |
| Y35 | 97.14 | 144.653 | .447 | .905 |
| Y36 | 97.08 | 147.136 | .434 | .905 |
| Y37 | 96.76 | 147.533 | .359 | .906 |
| Y39 | 97.10 | 146.949 | .457 | .905 |
| Y40 | 96.96 | 148.733 | .340 | .907 |
| Y41 | 97.16 | 146.178 | .408 | .906 |
| Y44 | 97.42 | 147.963 | .368 | .906 |
| Y46 | 96.74 | 148.441 | .388 | .906 |
| Y47 | 97.22 | 143.114 | .516 | .904 |

b. *Intensitas Bermain Game Online*

**Case Processing Summary**

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 50 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 50 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .879             | 26         |

**Item-Total Statistics**

|      | Scale Mean if<br>Item Deleted | Scale Variance if<br>Item Deleted | Corrected Item-<br>Total Correlation | Cronbach's<br>Alpha if Item<br>Deleted |
|------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|
| x1.1 | 56.02                         | 105.204                           | .440                                 | .875                                   |
| x1.2 | 55.86                         | 106.327                           | .348                                 | .879                                   |
| x1.3 | 56.08                         | 105.667                           | .371                                 | .878                                   |
| x1   | 55.82                         | 106.885                           | .428                                 | .875                                   |
| x2   | 55.74                         | 104.645                           | .593                                 | .871                                   |
| x3   | 56.08                         | 108.238                           | .445                                 | .875                                   |
| x4   | 55.98                         | 102.673                           | .671                                 | .868                                   |
| x6   | 56.40                         | 111.959                           | .274                                 | .878                                   |
| x7   | 56.24                         | 108.268                           | .444                                 | .875                                   |
| x8   | 56.24                         | 107.656                           | .447                                 | .875                                   |
| x9   | 56.04                         | 107.264                           | .479                                 | .874                                   |
| x10  | 55.98                         | 104.061                           | .649                                 | .869                                   |
| x13  | 56.10                         | 108.337                           | .518                                 | .874                                   |
| x14  | 56.34                         | 105.535                           | .502                                 | .873                                   |
| x15  | 56.42                         | 109.759                           | .290                                 | .879                                   |
| x16  | 56.34                         | 109.576                           | .320                                 | .878                                   |
| x17  | 55.62                         | 104.404                           | .581                                 | .871                                   |
| x18  | 55.88                         | 107.536                           | .454                                 | .874                                   |
| x19  | 55.92                         | 108.361                           | .363                                 | .877                                   |
| x22  | 55.80                         | 108.857                           | .353                                 | .877                                   |
| x25  | 55.82                         | 108.844                           | .354                                 | .877                                   |
| x26  | 55.96                         | 106.529                           | .492                                 | .873                                   |
| x27  | 55.98                         | 106.877                           | .556                                 | .872                                   |
| x28  | 56.04                         | 106.162                           | .531                                 | .872                                   |
| x30  | 56.00                         | 111.020                           | .258                                 | .879                                   |
| x32  | 56.30                         | 109.520                           | .350                                 | .877                                   |

c. *Self Regulation*

**Case Processing Summary**

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 50 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 50 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .906             | 33         |

**Item-Total Statistics**

|       | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| x2.2  | 85.86                      | 138.735                        | .600                             | .901                             |
| x2.5  | 86.06                      | 143.609                        | .316                             | .905                             |
| x2.6  | 85.88                      | 139.904                        | .600                             | .901                             |
| x2.7  | 86.56                      | 141.517                        | .365                             | .905                             |
| x2.8  | 86.46                      | 137.519                        | .493                             | .903                             |
| x2.10 | 86.48                      | 141.602                        | .403                             | .904                             |
| x2.11 | 86.50                      | 138.663                        | .538                             | .902                             |
| x2.12 | 86.40                      | 140.612                        | .355                             | .905                             |
| x2.13 | 86.32                      | 139.406                        | .569                             | .902                             |
| x2.14 | 86.46                      | 140.213                        | .400                             | .904                             |
| x2.15 | 85.92                      | 139.585                        | .557                             | .902                             |
| x2.16 | 86.30                      | 142.255                        | .409                             | .904                             |
| x2.17 | 86.16                      | 141.974                        | .391                             | .904                             |
| x2.18 | 85.90                      | 142.786                        | .382                             | .904                             |
| x2.19 | 86.10                      | 136.459                        | .538                             | .902                             |
| x2.20 | 85.88                      | 143.414                        | .296                             | .906                             |
| x2.22 | 86.22                      | 136.747                        | .581                             | .901                             |
| x2.23 | 86.88                      | 142.026                        | .400                             | .904                             |

|       |       |         |      |      |
|-------|-------|---------|------|------|
| x2.25 | 86.12 | 137.904 | .542 | .902 |
| x2.26 | 85.98 | 140.836 | .519 | .902 |
| x2.27 | 85.94 | 140.792 | .467 | .903 |
| x2.28 | 86.08 | 139.259 | .480 | .903 |
| x2.29 | 86.26 | 139.788 | .464 | .903 |
| x2.30 | 86.50 | 137.194 | .560 | .901 |
| x2.32 | 86.26 | 140.972 | .476 | .903 |
| x2.36 | 85.84 | 144.382 | .305 | .905 |
| x2.37 | 86.36 | 139.745 | .494 | .903 |
| x2.39 | 86.62 | 140.404 | .474 | .903 |
| x2.41 | 86.34 | 142.351 | .342 | .905 |
| x2.43 | 85.98 | 141.408 | .304 | .906 |
| x2.47 | 86.44 | 138.945 | .540 | .902 |
| x2.51 | 86.22 | 142.951 | .336 | .905 |
| x2.53 | 86.16 | 138.504 | .518 | .902 |

#### LAMPIRAN 4

#### DESKRIPTIF DATA

#### Descriptive Statistics

|  | N   | Minimum | Maximum | Mean   | Std. Deviation |
|--|-----|---------|---------|--------|----------------|
| Motivasi Belajar                         | 148 | 79      | 130     | 103.53 | 10.847         |
| Intensitas Bermain<br><i>Game Online</i> | 148 | 27      | 80      | 48.93  | 10.206         |
| SelfRegulation                           | 148 | 50      | 118     | 89.12  | 12.961         |
| Valid N (listwise)                       | 148 |         |         |        |                |

1. Perhitungan Kategorisasi Skor Skala Intensitas Bermain *Game Online*

N= 23

Xmax= 80

Xmin= 27

Range= Xmax – Xmin =53

Mean= (Xmax+Xmin):2= (80+27):2= (107):2= 53,5

SD = Range : 6 = 53:6 = 8,83

|        |  |
|--------|--|
| Rendah | X<M-1SD<br>X<53,5-8,83<br>X<45                                     |
| Sedang | M – 1SD <= X<M+1SD<br>53,5 – 8,83 <= X <53,5 + 8,83<br>45 <= X <62 |
| Tinggi | M+1SD<=X<br>53,5 + 8,83<=X<br>62 <= X                              |

**Intensitas Bermain Game Online**

|              | Frequenc<br>y | Percent | Valid Percent | Cumulative<br>Percent |
|--------------|---------------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid Rendah | 55            | 37.2    | 37.2          | 37.2                  |
| Sedang       | 79            | 53.4    | 53.4          | 90.5                  |
| Tinggi       | 14            | 9.5     | 9.5           | 100.0                 |
| Total        | 148           | 100.0   | 100.0         |                       |

2. Perhitungan Kategorisasi Skor Skala *Self Regulation*

N= 32

Xmax= 118

Xmin= 50

Range= Xmax – Xmin =118-50 = 68

Mean= (Xmax+Xmin):2= (118+50):2= (168):2= 84

SD = Range : 6 = 68:6 = 11,33

|        |  |
|--------|--|
| Rendah | X<M-1SD<br>X<84-11,33<br>X< 73                                   |
| Sedang | M – 1SD <= X<M+1SD<br>84 – 11,33 <= X <84 + 11,33<br>73 <= X <95 |
| Tinggi | M+1SD<=X<br>84 + 11,33 <=X<br>95 <= X                            |

**Self Regulation**

|              | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|--------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid Rendah | 12            | 8.1     | 8.1              | 8.1                   |
| Sedang       | 86            | 58.1    | 58.1             | 66.2                  |
| Tinggi       | 50            | 33.8    | 33.8             | 100.0                 |
| Total        | 148           | 100.0   | 100.0            |                       |

3. Perhitungan Kategorisasi Skor Skala Motivasi Belajar

N= 34

Xmax= 130

Xmin= 79

Range= Xmax – Xmin = 130 – 79 = 51

Mean= (Xmax+Xmin):2= (130+79):2= (209):2= 104,5

SD = Range : 6 = 51:6 = 8,5

|        |   |
|--------|---|
| Rendah | X<M-1SD<br>X<104,5-8,5<br>X< 96                                     |
| Sedang | M – 1SD <= X<M+1SD<br>104,5 – 8,5 <= X <104,5 + 8,5<br>96 <= X <113 |
| Tinggi | M+1SD<=X<br>104,5 + 8,5<=X<br>113 <= X                              |

**Motivasi Belajar**

|              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative<br>Percent |
|--------------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid Rendah | 35        | 23.6    | 23.6          | 23.6                  |
| Sedang       | 88        | 59.5    | 59.5          | 83.1                  |
| Tinggi       | 25        | 16.9    | 16.9          | 100.0                 |
| Total        | 148       | 100.0   | 100.0         |                       |

**LAMPIRAN 5**  
**UJI NORMALITAS**

a. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

***One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test***

|                                |                | Unstandardized Residual |
|--------------------------------|----------------|-------------------------|
| N                              |                | 148                     |
| Normal Parameters <sup>a</sup> | Mean           | .0000000                |
|                                | Std. Deviation | 7.16116097              |
| Most Extreme Differences       | Absolute       | .042                    |
|                                | Positive       | .042                    |
|                                | Negative       | -.041                   |
| Kolmogorov-Smirnov Z           |                | .514                    |
| Asymp. Sig. (2-tailed)         |                | .954                    |

e. Test distribution is Normal.

**LAMPIRAN 6**  
**UJI LINEARITAS**

a. Hasil Uji Linearitas Variabel Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Variabel Motivasi Belajar

**ANOVA Table**

|  |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig. |
|--|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|--------|------|
| Motivasi Belajar * Intensitas bermain <i>game online</i> | Between Groups | (Combined)               | 7957.160       | 43  | 185.050     | 2.061  | .002 |
|  |                | Linearity                | 3872.209       | 1   | 3872.209    | 43.127 | .000 |
|  |                | Deviation from Linearity | 4084.950       | 42  | 97.261      | 1.083  | .364 |
|  | Within Groups  |                          | 9337.671       | 104 | 89.785      |        |      |
|  | Total          |                          | 17294.831      | 147 |             |        |      |

b. Hasil Uji Linearitas Variabel *self regulation* Dengan Variabel Motivasi Belajar  
**ANOVA Table**

|                                    |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F       | Sig. |
|------------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|---------|------|
| Motivasi Belajar * Self Regulation | Between Groups | (Combined)               | 11504.507      | 47  | 244.777     | 4.227   | .000 |
|                                    |                | Linearity                | 9616.213       | 1   | 9616.213    | 166.074 | .000 |
|                                    |                | Deviation from Linearity | 1888.294       | 46  | 41.050      | .709    | .903 |
|                                    |                | Within Groups            | 5790.324       | 100 | 57.903      |         |      |
| Total                              |                |                          | 17294.831      | 147 |             |         |      |

**LAMPIRAN 7**  
**UJI HIPOTESIS**

a. Hasil Uji Hipotesis Intensitas Bermain *Game Online* dengan Motivasi Belajar

**Correlations**

|                                |                     | Intensitas bermain game online | Motivasi Belajar |
|--------------------------------|---------------------|--------------------------------|------------------|
| Intensitas bermain game online | Pearson Correlation | 1                              | -.473**          |
|                                | Sig. (2-tailed)     |                                | .000             |
|                                | N                   | 148                            | 148              |
| Motivasi Belajar               | Pearson Correlation | -.473**                        | 1                |

|                 |      |     |
|-----------------|------|-----|
| Sig. (2-tailed) | .000 |     |
| N               | 148  | 148 |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2tailed).

b. Hasil Uji Hipotesis *self regulation* dengan Motivasi Belajar

#### Correlations

|                  |                     | Self Regulation | Motivasi Belajar |
|------------------|---------------------|-----------------|------------------|
| Self Regulation  | Pearson Correlation | 1               | .746**           |
|                  | Sig. (2-tailed)     |                 | .000             |
|                  | N                   | 148             | 148              |
| Motivasi Belajar | Pearson Correlation | .746**          | 1                |
|                  | Sig. (2-tailed)     | .000            |                  |
|                  | N                   | 148             | 148              |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

c. Hasil Uji Hipotesis Intensitas Bermain *Game Online* dan *Self Regulation* Dengan Motivasi Belajar

#### Model Summary

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate | Change Statistics |          |     |     |               |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|-------------------|----------|-----|-----|---------------|
|       |                   |          |                   |                            | R Square Change   | F Change | df1 | df2 | Sig. F Change |
| 1     | .751 <sup>a</sup> | .564     | .558              | 7.210                      | .564              | 93.830   | 2   | 145 | .000          |

c. Predictors: (Constant), *Self Regulation*,

Intensitas Bermain *Game Online*

d. Dependent Variable: Motivasi Belajar

## LAMPIRAN 8

### SURAT KETERANGAN PENELITIAN



#### SURAT KETERANGAN No. 38/MtsNu01/Fe/XI/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala MTs NU 01 Gringsing dengan ini menyatakan bawah:

Nama : Alfin Maulana Rizqi  
Tempat, Tanggal Lahir : Batang, 20 Juli 1999  
NIM : 1707016060  
Jurusan : Psikologi  
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan  
Perguruan Tinggi : UIN Walisongo Semarang  
Alamat : Lutungmati, 01/04, Yosorejo, Gringsing, Batang, 51281

Telah melaksanakan penelitian di MTs NU 01 Gringsing pada bulan Agustus – September 2021 dengan dengan judul **Hubungan Intensitas Bermain Game Online dan Self Regulation Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Batang, 28 September 2021

Kepala MTs NU 01 Gringsing



Imad Fauzi, S.Ag.

NIP: -

## LAMPIRAN 9

### SURAT IJIN PENELITIAN



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

Jalan. Prof. Dr. Hamka Km.01, Kampus III, Ngaliyan, Semarang 50185.  
Telepon (024) 76433370, Website : fpk.walisongo.ac.id, Email : fpk@walisongo.ac.id

Nomor : B.1258/Un.10.7/D1/PP.00.9/09/2020

29 September 2020

Lamp. : Proposal

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth. :

**Kepala MTs NU 01 Gringsing Batang**  
di Batang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka untuk memenuhi tugas penulisan skripsi bagi mahasiswa Program S1 pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, maka kami mohon perkenan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin penelitian kepada :

1. Nama : Alfin Maulana Rizqi
2. Nim : 1707016060
3. Jurusan : Psikologi
4. Fakultas : Psikologi dan Kesehatan
5. Lokasi Penelitian : MTs NU 01 Gringsing Batang
6. Judul Skripsi : Hubungan Intensitas Bermain Game Online dan *Self Regulation* Dengan Motivasi Belajar Siswa MTs NU 01 Gringsing Batang.
7. Waktu Penelitian : Bulan Agustus-September tahun 2021

Demikian surat permohonan penelitian kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Tembusan Yth :

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo (sebagai laporan).

**LAMPIRAN 10**  
**RIWAYAT HIDUP**

**A. IDENTITAS DIRI**

1. Nama Lengkap : Alfin Maulana Rizqi
2. Tempat dan Tanggal lahir : Batang, 20 Juli 1999
3. Alamat Rumah : Dk. Lutungmati RT/RW 01/04, Ds. Yosorejo,  
Kec. Gringsing Kab. Batang  
HP : 087898709045  
Email : ricqialfin@gmail.com

**B. RIWAYAT PENDIDIKAN**

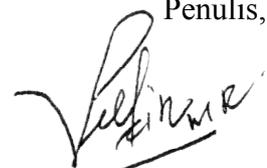
1. Pendidikan Formal
  - a. MI Yosorejo 02, Batang
  - b. MTs NU 01 Gringsing, Batang
  - c. MA Uswatun Hasanah, Semarang
  - d. UIN Walisongo Semarang
2. Pendidikan Non Formal
  - a. TPQ Aswaja
  - b. Pondok Pesantren Putra Uswatun Hasanah

**C. KARYA ILMIAH**

- a. Buku ber-ISBN dengan judul: Pendidikan dan Kesehatan Di Masa Pandemi

Semarang, 08 November 2021

Penulis,



**Alfin Maulana Rizqi**

NIM: 1707016060