

**THE DIFFERENCES OF SELF-CONTROL IN GUIDANCE AND  
COUNSELING STUDENTS OF FKIP ULM FOR THE 2017 AND 2018  
WHO ADDICTED ONLINE GAME PUBG MOBILE**

**Muhammad Irza Fahlevi**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Universitas Lambung Mangkurat**

**Kalimantan Selatan**

**Indonesia**

[irzafahlevi84@gmail.com](mailto:irzafahlevi84@gmail.com)

**ABSTRACT**

The prevalence of online game addiction for students has a negative impact because it can hamper their lecture activities or their daily lives. The purpose of this study was to analyze the differences in self-control in the 2017 and 2018 FKIP ULM counseling students who were addicted to the PUBG mobile online game. This research uses a quantitative approach with the type of comparative/difference research. The data collection tool uses a questionnaire with Likert scale measurements and the sampling technique uses the Purposive sampling technique, as many as 17 Counseling Guidance Students for the 2017 class with 2018 FKIP ULM. The data analysis technique used descriptive statistics, different test t-test free samples. The results of data analysis using the free sample t-test difference test stated that there was a significant difference between self-control in the 2017 and 2018 FKIP ULM Counseling Guidance students.

**Keywords:** Self Control, Online Game Addiction.

**PERBEDAAN KONTROL DIRI PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN  
KONSELING FKIP ULM ANGKATAN 2017 DENGAN 2018 YANG  
KECANDUAN GAME ONLINE PUBG MOBILE**

**ABSTRAK**

Prevalensi kecanduan game online mahasiswa yang berdampak negatif karena dapat menghambat aktivitas perkuliahan ataupun kehidupannya sehari-hari mereka. Tujuan penelitian untuk menganalisis perbedaan kontrol diri pada mahasiswa bimbingan konseling FKIP ULM Angkatan 2017 dengan 2018 yang kecanduan *game online* PUBG *mobile*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian Komperatif/perbedaan. Alat pengumpulan data menggunakan angket dengan pengukuran skala Likert dan teknik penarikan sampelnya menggunakan Teknik *Purposive sampling*, sebanyak 17 orang Mahasiswa Bimbingan Konseling Angkatan 2017 dengan 2018 FKIP ULM. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji beda *t-test* sampel bebas. Hasil analisis data menggunakan uji beda *t-test* sampel bebas dinyatakan ada perbedaan Kontrol Diri yang Signifikan antara Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP ULM Angkatan 2017 dan 2018.

**Kata Kunci:** Kontrol Diri, Kecanduan *Game Online*

**PENDAHULUAN**

Perkembangan media baru, khususnya era digital dan teknologi informasi, memudahkan kita untuk melakukan aktivitas yang membutuhkan koneksi internet. Salah satu alasan kita menggunakan internet untuk berkomunikasi secara online adalah kemudahan penggunaannya. Kami juga dapat dengan cepat dan mudah berkomunikasi dengan orang-orang di negara bagian, provinsi, dan bahkan negara lain berkat internet. Pertumbuhan media baru tidak dapat dipisahkan dari Internet. Gagasan utama di balik pemahaman media baru adalah bahwa pengguna dapat memilih yang tepat informasi untuk mengonsumsi,

mengontrol informasi, dan berinteraksi dengannya.

Kehadiran internet sudah digunakan lebih dari separuh penduduk Indonesia yang terhubung dengan internet bermain game di perangkat mobile mereka karena ketersediaan internet. Ibu dengan anak di bawah usia 10 tahun termasuk di dalamnya. Alhasil, mobile game kini sudah menjadi hal yang lumrah. Game online adalah salah satu inovasi internet yang akhir-akhir ini mulai populer. Game yang dapat diakses oleh banyak pemain dan di mana mesin yang digunakan oleh pemain terhubung dengan jaringan disebut sebagai game online. Selain itu, desain game tersebut membuatnya

tampil lebih menantang dengan setiap level. Ada juga beragam game online yang dinikmati semua orang. Player Unknown's Battlegrounds Mobile (PUBG) merupakan salah satu game yang sangat populer dan banyak dimainkan di seluruh dunia.

PUBG adalah game yang sangat populer saat ini. Gameplay: Pemain akan memulai permainan di pesawat terbang. Pemain kemudian akan menggunakan parasut untuk menyelam ke suatu lokasi untuk menemukan senjata, baju besi, dan persediaan penyembuhan untuk bertahan hidup. Lingkaran putih menandakan permainan zona akan muncul setelah beberapa menit, dan para pemain harus segera masuk ke zona bermain. Meskipun lingkaran telah mencapai 0:00, zona bermain PUBG tersebut akan diperbarui dan menyusut. Hal ini membuat area tertentu berisiko. Lingkaran putih (zona bermain) akan terus menyusut setelah pemain di luarnya kehabisan darah dan mati. Semua pemain akan berpapasan di lingkaran terakhir saat area bermain ini menyempit. Mereka kemudian akan bersaing untuk bertahan hidup dan berhak memenangkan Winner Winner Chicken Dinner (WWCD). Bermain game PUBG ini memakan waktu paling sedikit sekitar 30 menit. Hal inilah yang dapat menyebabkan pemain kecanduan.

Kecanduan Game adalah istilah untuk kecanduan video game. Artinya, pemain merasa seolah-olah dia hanya punya waktu untuk bermain game dan

bahwa game adalah hidupnya. Kecanduan video game bisa sangat merugikan. Karena keterlibatan mereka yang berlebihan dalam game, gamer berisiko mengalami disorientasi dari kenyataan. Pecandu game online bukan hanya anak-anak; mayoritas, termasuk pelajar, adalah remaja. (Febriana, 2012).

Dapat saya simpulkan kecanduan game orang terbiasa tidak memperdulikan pekerjaan lain selain game, dan orang itu lebih memprioritaskan hidupnya hanya untuk bermain game. Kecanduan game berdampak negatif seperti orang yang bermain game sering menjadi lalai dalam hidupnya. Pecandu game online biasanya banyak terdapat dikalangan remaja termasuk mahasiswa.

Ketertarikan masyarakat dalam bermain game online telah berkembang menjadi sebuah trend yang mengkhawatirkan yang harus ditanggapi secara serius karena berdampak signifikan bagi kelompok sosial tertentu khususnya pelajar atau mahasiswa. Diberitakan di berbagai media online dan cetak, fenomena tersebut pun berkembang menjadi perhatian publik di seluruh dunia, khususnya di Indonesia (kompasiana 2019).

Hal ini selaras dengan permasalahan yang ada pada salah satu Program Studi yakni Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP ULM. Adapun hasil observasi dan wawancara tidak terstruktur yang telah peneliti lakukan dengan mahasiswa pada tanggal 11

oktober 2019. Maka didapat hasil dari observasi langsung yaitu bahwa saat waktu mereka sedang berkumpul di kantin (SBC) terlihat mereka sedang asyik bermain *game online* PUBG *mobile*. Selain itu banyak mahasiswa terlihat cuek dan acuh dengan lingkungan sekitarnya saat dia sedang sibuk dengan yang dimainkannya. Bahkan saat saya lewat dan menegurnya mereka, dia sama sekali tidak menoleh kearah saya dan tetap terfokus pada *smartphone* miliknya.

Berdasarkan hasil wawancara secara tidak terstruktur terhadap beberapa orang mahasiswa yang terlihat asik bermain *game online* PUBG *mobile*, didapatkan hasil bahwa alasan mahasiswa bermain *game online* PUBG *mobile* dikarenakan ada yang merasa kesepian, ada yang menjadikannya hobi, mengisi waktu luang, merasa bosan, diajak teman untuk bermain, dan ada juga bercita-cita menjadi atlet *E-Sport*.

*Game online* PUBG *mobile* memiliki beberapa dampak, berdasarkan hasil wawancara peneliti mendapatkan bahwa adanya beberapa dampak yaitu dampak positif dan negatif. Dampak positif dari bermain PUBG *mobile* ialah melatih kerja sama tim, melatih komunikasi seperti belajar berbagai bahasa, melatih ketangkasan berpikir. Sedangkan dampak negatifnya dari bermain PUBG *mobile* adalah terkadang berperilaku kurang peduli dengan keadaan disekitar, insomnia, berkata-kata kasar, sering menunda-nunda kegiatan lain dan lebih

meutamakan bermain PUBG *mobile*. Harapan peneliti agar kedepannya masalah kecanduan *game online* pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling dapat teratasi bahkan tidak ada lagi sehingga mahasiswa tersebut dapat fokus dalam perkuliahan yang sedang di tempuh.

Peneliti juga menemukan hasil pada penelitian yang menunjukkan bahwa ada pengaruh antara kontrol-diri terhadap kecanduan *gameonline*. Hal tersebut sesuai dengan hasil peneltiandari Putri(2018) Secara khusus, terdapat hubungan negatif dan signifikan antara intensitas bermain *game online* anak usia sekolah dengan pengendalian diri. Selain itu hasil penelitian dari Masyita (2016) yaitu terdapat dampak diskresi terhadap ketergantungan *game internet*. Kecanduan *game online* lebih rendah saat pengendalian diri tinggi, dan lebih tinggi saat pengendalian diri rendah. Selain itu hasil penelitian Puspita & Mulyana (2018) yakni yakni berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*. Hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki kontrol diri dapat mempengaruhi kecanduan *game online*.

Kontrol diri menurut Chaplin (2006) adalah kapasitas untuk mengarahkan tindakan sendiri, kapasitas untuk menekan atau menghambat impuls, atau

kapasitas untuk bertindak secara impulsif. Kartini Kartono (2000) mengatakan bahwa mengendalikan perilaku diri sendiri adalah pengendalian diri. sehingga individu yang memiliki pengendalian diri mampu membimbing, mengarahkan, dan mengendalikan perilakunya dalam menghadapi rangsangan untuk mencapai hasil yang diinginkan dan menghindari hasil yang tidak diinginkan. Oleh karena itu individu dengan pengendalian diri yang tinggi akan mampu mengendalikan segala sesuatu yang berhubungan dengan perilakunya, sedangkan individu dengan pengendalian diri yang rendah tidak akan mampu mengendalikan segala sesuatu yang berhubungan dengan perilakunya.

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa kontrol diri adalah suatu aktivitas pengendalian tingkah laku yang memiliki makna melakukan pertimbangan sebelum bertindak atau memutuskan sesuatu. Semakin tinggi kontrol diri semakin baik pengendalian terhadap tingkah laku, sebaliknya kontrol dirinya rendah semakin buruk pengendalian tingkah laku.

### **TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan kontrol diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP ULM angkatan 2017 dengan 2018 yang kecanduan *game online PUBG mobile*.

### **METODE PENELITIAN**

Untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu metode penelitian yang didasarkan pada filosofi positivis dan digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen penelitian, dan data statistik dianalisis. (Sugiyono, 2009). Metode memperoleh pengetahuan yang memanfaatkan data numerik sebagai alat untuk mengumpulkan informasi tentang apa yang ingin kita ketahui disebut penelitian kuantitatif. (Margono, 2014). Penelitian kausal komparatif adalah jenis penelitian yang dilakukan, dan itu memerlukan usaha untuk memastikan alasan di balik perbedaan perilaku atau status antara kelompok orang. (Emzir 2015)

Dalam penelitian ini variabel yang diteliti adalah kontrol diri (X1) dan kecanduan *game online PUBG Mobile* (Y).

Penelitian ini memiliki hipotesis (Ha) bahwa ada perbedaan kontrol diri pada mahasiswa Bimbingan Konseling FKIP ULM angkatan 2017 dengan 2018 yang kecanduan *game online PUBG mobile*. Untuk menjawab hipotesis tersebut peneliti menggunakan teknik analisis Uji beda T-tes Sampel bebas.

Penelitian ini secara khusus mencari tahu seberapa besar Perbedaan kontrol (Variabel bebas X1) diri mahasiswa Angkatan 2017 dan 2018 yang kecanduan *game online PUBG mobile* (Variabel terikat Y). Teknik penarikan sampel ini menggunakan teknik *Purposive sampling*, 17 dari mahasiswa

Angkatan 2017 dan 17 dari mahasiswa Angkatan 2018 FKIP ULM Banjarmasin menjadi sampel. Data penelitiandikumpulkan menggunakan angket dengan jenis skala Likert sebagai skala pengukuran. Karena tidak mungkin membagikan kuesioner secara langsung, peneliti menggunakan Google Form untuk membagikan kuesioner selama pandemi COVID-19.

### PEMBAHASAN

Dari data lapangan, pada variabel kecanduan *game online* diketahui hasil skor nilai dalam indikator yaitu terdiri dari Ketergantungan *game*, Tidak Mampu Mengatur waktu dan Meninggalkan tugas pokok pada mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2017 dengan 2018 FKIP ULM berada klasifikasi sangat tinggi. Artinya mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2017 dengan 2018 sebagian besar ketergantungan *game* saat sedang tidak waktu perkuliahan, tidak mampu mengatur waktu yang kosong untuk hal yang penting, serta meninggalkan tugas pokok yang misalnya seperti tidak memperhatikan dosen menerangkan sehingga mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2017 dengan 2018 berada pada klasifikasi sangat tinggi dengan merujuk pada mahasiswa yang lebih banyak memiliki skor paling sangat tinggi pada pengisian kuesioner, sehingga bisa dikatakan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan

2017 dengan 2018 memiliki kecanduan *game online* sangat tinggi.

Smartphone dengan fitur-fitur canggih telah menjadi bagian dari bangsa Indonesia gaya hidup. Individu dari segala usia, dari anak-anak sampai dewasa, memiliki smartphone. Namun, smartphone dan fitur-fiturnya ditemukan untuk mempengaruhi perilaku sosial. satu dari efek smartphone, yaitu kecanduan *game online*. Rachman A, Dkk (2019 : 1)

Sejalan dengan penelitian Pratama (2017:16), Kecanduan Game adalah istilah untuk kecanduan game online. Hal ini menunjukkan bahwa seorang pemain atau pemain terlalu banyak bermain, bertindak seolah-olah tidak ada yang lebih baik untuk dilakukan selain bermain game dan seolah-olah ini adalah seluruh keberadaan mereka, yang berdampak negatif bagi para pemainnya. Suatu bentuk kecanduan yang dibawa oleh internet , juga dikenal sebagai gangguan kecanduan internet, adalah kecanduan game online.

Selain itu juga dikatakan Suplig (2017: 181), Ketika seseorang tidak bisa berhenti bermain game online, bahkan secara mental, mereka mengalami kecanduan game online.

Kemudian sependapat dari Nur (2018) Weinstein mendefinisikan kecanduan game online sebagai penggunaan game online secara berlebihan atau kompulsif yang mengganggu kehidupan sehari-hari dalam tesisnya. Seseorang yang kecanduan game online akan memainkannya secara kompulsif,

menghindari interaksi sosial, dan hanya berkonsentrasi pada pencapaiannya dalam game online.

Chaplin (2011) mendefinisikan pengendalian diri sebagai kapasitas untuk mengarahkan perilaku sendiri, serta kapasitas untuk menekan, memblokir, atau terlibat dalam perilaku impulsif. dimana orang menjadi bagian dari suatu komunitas dan tidak hidup sendiri, sehingga pengendalian diri penting untuk dikembangkan. Orang memiliki pengendalian diri ketika mampu mengendalikan diri. Kecanduan game online disebabkan gangguan pengendalian diri pada remaja disebut sebagai gangguan kendali atas hasrat atau keinginan untuk mengakses game online tanpa menggunakan narkoba atau zat adiktif. Pemain game online yang memiliki banyak kontrol diri akan dapat mengontrol, mengarahkan, dan membimbing perilaku online mereka. siapa saja yang memiliki pengendalian diri yang baik dapat mengatur aktivitas bermain game dan menggabungkan aktivitas online dengan aktivitas lainnya. (Siwi dalam Ningtyas, 2012)

Hal tersebut sesuai dengan hasil temuan peneliti saat melakukan observasi mengenai kecanduan *game online*, saat mereka sedang istirahat dikantin/SBC terlihat mereka sedang asik bermain *game online*, selain itu mereka terlihat cuek dan acuh dengan lingkungan sekitar dia fokus apa yang dia mainkan, bahkan ada temannya memanggil mereka, ada yang menoleh dan menegur balik ada juga yang cuek dan masih fokus terhadap *game*

*onlinenya* terlihat mereka memiliki kecanduan *game online* yang sangat tinggi.

Penelitian telah dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada mahasiswa, dari perolehan hasil maka dapat diketahui perbandingan kontrol diri Angkatan 2017 dengan Angkatan 2018 yang kecanduan *game online pubg mobile*

maka digunakan analisis dengan aplikasi SPSS versi 25 dan didapatkan hasil yaitu :

**Tabel 1**

**Hasil T-tes Sampel bebas**

Group Statistics					
	A	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kontrol Diri	20	1	84.82	9.17	2.224
	17	7	35	357	92
Diri	20	1	78.17	7.19	1.745
	18	7	65	579	24

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Kontrol Diri	Equal variances assumed	2.323	.137	2.351	32	.025	6.64706	2.82774	88714	12.406 97
	Equal variances not assumed			2.351	30.282	.025	6.64706	2.82774	87430	12.419 82

Karena varians data hetero, maka dipilih kolom Equal variances assumed, dan pada baris t-test for Equality of Means diperoleh harga  $t = 2.351$ ,  $df = 32$  dan Sig.(2-tailed) sebesar  $0,025 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan atau  $H_0$  ditolak, dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan kontrol diri Angkatan 2017 dengan Angkatan 2018 yang kecanduan *game online* PUBG *Mobile*.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan analisis Uji T-Test Sampel Bebas yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara kontrol diri Angkatan 2017 dengan 2018 yang kecanduan *game online* pada mahasiswa bimbingan dan konseling FKIP ULM, artinya kontrol diri Angkatan 2017 dengan Angkatan 2018 memiliki perbedaan pada mahasiswa bimbingan konseling tersebut.

Kemampuan untuk mengendalikan perilaku seseorang, menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku seseorang dengan cara yang sesuai

dengan orang lain, kemampuan untuk menyenangkan orang lain, kemampuan untuk selalu menyesuaikan diri dengan orang lain, dan menutup perasaan adalah contoh pengendalian diri. Pengendalian diri juga mencakup kemampuan untuk membaca situasi diri sendiri maupun lingkungan (Jannah, Dkk, 2022).

Lazarus mengatakan bahwa pengendalian diri adalah perilaku yang telah direncanakan untuk membantu Anda mencapai tujuan dan hasil tertentu. Gleitman menyatakan bahwa pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan hati, baik di dalam maupun di luar individu, dan bahwa pengendalian diri merujuk pada suatu kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu yang ingin dilakukannya tanpa terhalang oleh hambatan atau kekuatan yang berasal dari dalam diri individu. (Thalib, 2010).

Menurut Ghufron & Risnawita (dalam Putri, 2018), pengertian lain dari pengendalian diri adalah kemampuan individu dalam membaca situasi di lingkungannya serta mengendalikan dan mengelola faktor perilaku dalam menanggapi situasi dan kondisi saat menampilkan diri saat bersosialisasi.

Kemudian sama halnya pada Kontrol Diri diketahui hasil skor nilai dalam indicator yaitu terdiri dari Kemampuan mengendalikan diri, Bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan, Berpikir sebelum bertindak, yaitu dalam hal ini diketahui pada mahasiswa bimbingan konseling Angkatan 2017 dengan 2018



FKIP ULM klasifikasi tinggi, tetapi ada perbedaan jumlah mahasiswa diantara Angkatan 2017 dengan 2018.

Sependapat dengan (Harahap, 2017) Kemampuan seseorang untuk peka dalam membaca situasi dan lingkungannya sendiri, serta kemampuan untuk mengendalikan dan mengatur faktor-faktor perilaku dalam menanggapi situasi dan kondisi, merupakan pengendalian diri. Kontrol diri disosialisasikan sebagai kemampuan untuk mengontrol perilaku seseorang. Hortet mengatakan bahwa diri (self) adalah sistem diri yang saling berhubungan. Pengaturan diri yang memusatkan perhatian, dan pengendalian diri yang prosesnya menjelaskan bagaimana diri (self) mengatur dan mengendalikan emosi seseorang, merupakan dua dari berbagai komponen sistem ini.

Chaplin (2011) mendefinisikan kontrol diri sebagai kapasitas untuk mengarahkan perilaku sendiri, serta kapasitas untuk menekan, memblokir, atau terlibat dalam perilaku impulsif. Dimana orang adalah bagian dari komunitas dan tidak hidup sendiri, sehingga kontrol diri penting untuk dikembangkan. Orang dapat menangani dirinya sendiri berarti orang menahan diri. Kontrol diri adalah suatu kemampuan seseorang dalam mudah membaca situasi diri dan lingkungan serta cakap dalam mengontrol dan mengelola faktor perilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisi dalam melakukan sosialisasi, kemampuan mengendalikan perilaku, menarik

perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku yang sesuai bagi orang lain, mampu menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutup perasaan (Jannah, F, Dkk, 2022). Kecanduan game online yang disebabkan oleh gangguan pengendalian diri pada remaja disebut sebagai gangguan kontrol terhadap hasrat atau keinginan untuk mengakses game online tanpa menggunakan narkoba atau zat adiktif. Pemain game online yang memiliki banyak pengendalian diri akan dapat mengontrol, mengarahkan, dan membimbing perilaku online mereka. Siapa pun dengan kontrol diri yang baik dapat mengelola aktivitas game dan menggabungkan aktivitas online dengan aktivitas lainnya. (Siwi dalam Ningtyas 2012)

Belum ada penelitian sebelumnya yang menunjukkan perbedaan antara siswa angkatan 2017 dengan 2018 yang kecanduan game online menggunakan variabel pengendalian diri. Hasil pengendalian variabel diri pada siswa yang kecanduan game online angkatan 2017 dengan 2018.

## **KESIMPULAN**

Berikut kesimpulan yang dapat ditarik dari temuan penelitian yang berjudul “Perbedaan Pengendalian Diri Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling FKIP ULM Angkatan 2017 dan 2018 yang Kecanduan Game Online PUBG Mobile”: (a)1) Kecanduan game online PUBG Mobile pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan

2017 dengan klasifikasi sangat tinggi sebanyak 9 orang dan Angkatan 2018 dengan klasifikasi sangat tinggi sebanyak 10 orang; 2) Terdapat perbedaan kontrol diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2017 dan 2018 yang kecanduan game online PUBG mobile; dan 3) Terdapat perbedaan kontrol diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2017 dan 2018 yang kecanduan game online PUBG mobile.

## DAFTAR RUJUKAN

- Alfin Riza Masyita (2016). Dampak Ketenangan Terhadap Perbudakan Game Berbasis Web Pada Pemain DOTA 2 Malang. Skripsi untuk studi sarjana di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang: tidak dipublikasikan.
- Chaplin, J. P. (2011). Kamus psikologi. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ezmir. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif*. Depok: Rajawali Press.
- Ghufron, N.M & Risnawati. 2017. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Jannah, F., Sulistiyana, S. and Sugianto, A., 2022. Hubungan Keterampilan Sosial dan Kontrol Diri dengan Penerimaan Teman Sebaya Pada Siswa SMP Negeri 33 Banjarmasin. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 12 (1), pp.75-84.
- K. Harahap (2013) Penelitian korelasional pengaruh game online terhadap prestasi belajar siswa kelas VIII SMP Nurul Hasanah Desa Padang Bulan Medan berjudul "Game Online dan Prestasi Belajar". *Groove*, Vol. 2 Jurnal Ilmu Komunikasi (5).
- Kompasiana, 10 Juni 2019. Fenomena *Game Online* Kalangan pelajar perlu ditanggapi secara serius.
- Margono. 2014. *Metedologi Penelitian Pendidikan*. jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Novita Febriyanti Rahayu adalah putrinya. 2018. Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Pengendalian Diri Pada Anak Usia Sekolah. *Proposisi Sarjana Ilmu Otak, Perguruan Tinggi Muhammadiyah Malang*: tidak dipublikasikan.
- Puspita, Shavira Tresna Ayu & Mulyana, Olievia Pranbadini. 2018. "Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan *Game Online* pada Remaja Akhir". *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1): 1-5. (Di akses dari <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/22197> [10 Oktober 2019]).
- Rachman, A., Rusandi, M.A. and Setiawan, M.A., 2019. *Effect of phubbing behavior on student academic procrastination*. *Journal Bimbingan Dan Konseling*, 8 (1), pp.1-5.
- S.D.Y. Ningtyas (2012) Hubungan Antara Kecanduan Internet Mahasiswa dan Pengendalian Diri *Jurnal Psikologi Pendidikan* Vol 1.No 1

- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Thalib, S. B. (2010). Psikologi Pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif. Jakarta : Kencana Media *Group*.
- Widyastuti, Febriana Siska. 2012. Kecanduan Mahasiswa terhadap Game Online (Studi tentang kebiasaan mahasiswa bermain *game online* di Seturan Sleman). Skripsi pada Sarjana Sosiologi Universitas Negeri Yogyakarta: tidak diterbitkan.