

**PENGARUH *LONELINESS* DAN *SELF-CONTROL* TERHADAP *ONLINE*  
*GAME ADDICTION***

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk  
Menyusun Skripsi dalam Program Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



**Oleh:**

Sindi Zhafirah Shabrina Bahren

11040120139

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL**

**SURABAYA**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengaruh *Loneliness* dan *Self-Control* terhadap *Online Game Addiction*” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Surabaya, 13 Februari 2024



Sindi Zhafirah Shabrina Bahren

11040120139

## HALAMAN PERSETUJUAN

### HALAMAN PERSETUJUAN

#### SKRIPSI

Pengaruh *Loneliness* dan *Self-Control* Terhadap *Online Game Addiction*

Oleh:

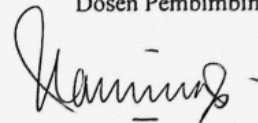
Sindi Zhafirah Shabrina Bahren

11040120139

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 13 Februari 2024

Dosen Pembimbing




Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si.

NIP. 196208241987031002



## LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN**  
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

---

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sindi Zhafirah Shabrina Bahren.....  
NIM : 11040120139.....  
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi.....  
E-mail address : sindizhaf@gmail.com.....

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :  
 Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)  
yang berjudul :  
Pengaruh *Loneliness* dan *Self-Control* Terhadap *Online Game Addiction*

---

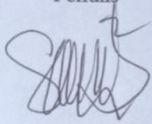
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 15 Maret 2024

Penulis



( Sindi Zhafirah Shabrina Bahren )  
*nama terang dan tanda tangan*

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Keaslian Penelitian .....	7
D. Tujuan Penelitian .....	8
E. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
A. <i>Online Games Addiction</i> .....	10
B. <i>Loneliness</i> .....	18
C. <i>Self-Control</i> .....	25
D. Pengaruh <i>Loneliness</i> dan <i>Self-Control</i> terhadap <i>Online Game Addiction</i> .....	30
E. Kerangka Teori .....	32
F. Hipotesis Penelitian .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Variabel dan Definisi Operasional .....	35
B. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel .....	36
C. Teknik Pengumpulan Data .....	38
D. Validitas dan Reliabilitas .....	41



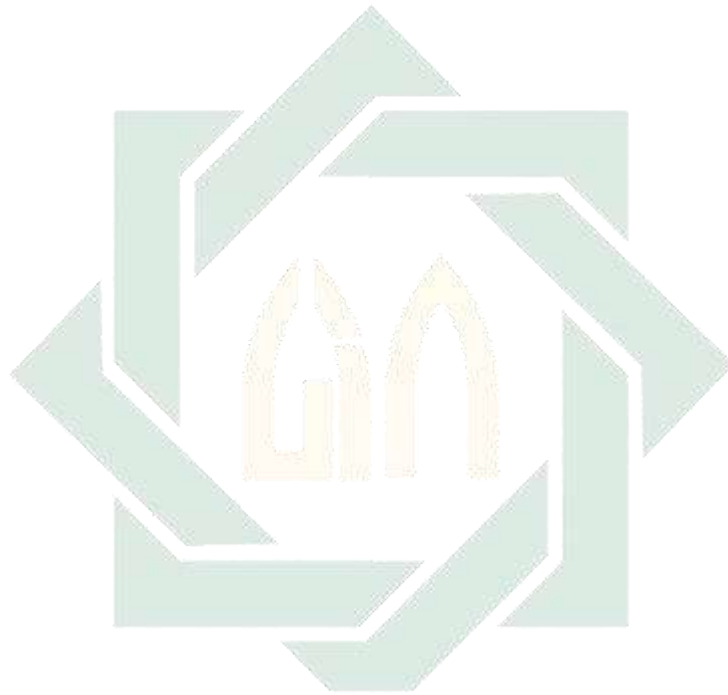
## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint Skala Online Game Addiction .....	39
Tabel 2. Blueprint skala Loneliness .....	40
Tabel 3. Blueprint Skala Self-Control.....	41
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Online Game Addiction .....	42
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Loneliness .....	43
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Self-Control.....	44
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Online Game Addiction .....	45
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Loneliness .....	45
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Self-Control.....	46
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas .....	47
Tabel 11. Hasil Uji Multikolinieritas .....	47
Tabel 12. Kategorisasi Online Game Addiction .....	50
Tabel 13. Kategorisasi <i>Loneliness</i> .....	51
Tabel 14. Kategorisasi <i>Self-Control</i> .....	51
Tabel 15. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Jenis Kelamin .....	52
Tabel 16. Hasil Crosstabulation Jenis Kelamin Dengan Online Game Addiction.....	52
Tabel 17. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 18. Hasil Crosstabulation Usia dengan Online Game Addiction.....	53
Tabel 19. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Lama Waktu Bergabung Komunitas .....	54
Tabel 20. Hasil Crosstabulation Lama Waktu Bergabung Komunitas dengan Online Game Addiction .....	54
Tabel 21. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Pengalaman Bermain Game .....	55
Tabel 22. Hasil Crosstabulation Pengalaman Bermain Game dengan Online Game Addiction .....	56
Tabel 23. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Frekuensi Bermain Game Dalam Sehari.....	57
Tabel 24. Hasil Crosstabulation Frekuensi Bermain Game Dalam Sehari dengan Online Game Addiction.....	57
Tabel 25. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Rata-Rata Pengeluaran dalam Sebulan..	58
Tabel 26. Hasil Crosstabulation Rata-Rata Pengeluaran dalam Sebulan dengan Online Game Addiction .....	59
Tabel 27. Koefisien Regresi.....	60
Tabel 28. Tabel ANOVA.....	61
Tabel 29. Tabel R-Square .....	61
Tabel 30. Sumbangan Efektif Variabel Independen .....	62



## DAFTAR GAMBAR

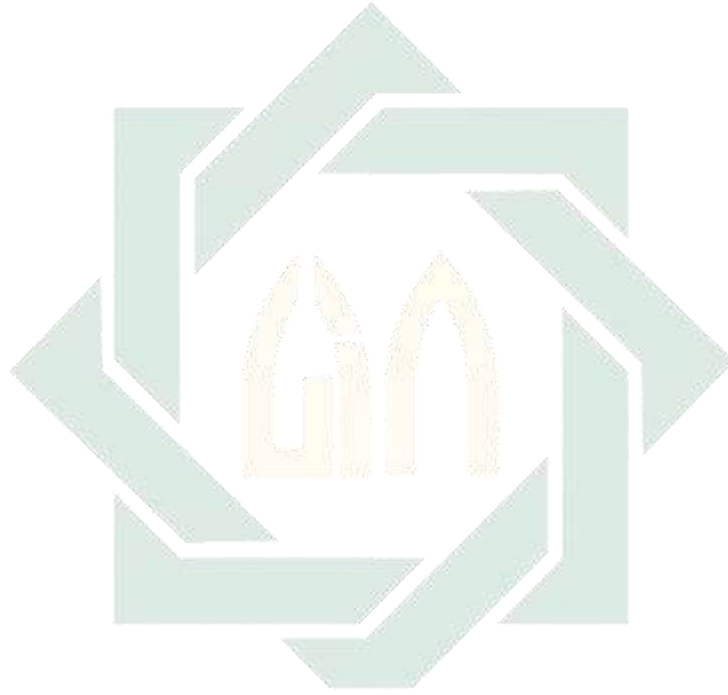
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	34
Gambar 2. Grafik Scatterplot.....	48



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Penelitian .....	79
Lampiran 2. Output SPSS .....	87



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## INTISARI

Perkembangan teknologi informasi telah menghadirkan berbagai kemudahan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk akses yang lebih mudah terhadap *online games*. Namun, dampak negatif yang sering kali diabaikan adalah kecanduan game online yang dapat berdampak buruk terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *loneliness* dan *self-control* dengan *online game addiction* pada anggota komunitas game. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Subjek pada penelitian ini adalah 220 anggota komunitas game online. Penelitian ini menggunakan skala OGA dari Lemmens (2009) untuk mengukur variabel *online game addiction*, *UCLA Loneliness Scale Version 3* dari Russel (1996) untuk mengukur variabel *loneliness*, dan *Self-Control Scale (SCS)* dari Tangney (2004) untuk mengukur variabel *self-control*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *loneliness* dan *self-control* terhadap *online game addiction*.

Kata kunci: *Online Game Addiction, Loneliness, Self-Control*



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

*The development of information technology has brought various conveniences to everyday life, including easier access to online games. However, a negative impact that is often overlooked is online game addiction which can adversely affect a person's physical, mental and social health. This study aims to determine the effect of loneliness and self-control with online game addiction in gaming community members. This study used a correlational quantitative approach. The subjects in this study were 220 members of the online gaming community. This study uses the OGA scale from Lemmens (2009) to measure online game addiction variables, UCLA Loneliness Scale Version 3 from Russel (1996) to measure loneliness variables, and Self-Control Scale (SCS) from Tangney (2004) to measure self-control variables. The results showed that there is a significant influence between loneliness and self-control on online game addiction.*

*Keywords: Online Game Addiction, Loneliness, Self-Control*



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., & Berntson, G. G. (2003). The anatomy of loneliness. *Current Directions in Psychological Science*.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research*, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Dayaksini, & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. UMM Press.
- Dewi, F. K. S., & Natalia, B. (2021). Identifying the Factors of Online Game Acceptance Using Technology Acceptance Model. In *Indonesian Journal of Information Systems (IJIS)* (Vol. 4, Issue 1).
- Ekinci, N. E., Karaali, E., Parçali, B., Suner, A., & Satılmış, S. E. (2021). COVID-19 Pandemic, Loneliness and Digital Game Addiction. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(7), 2175–2179. <https://doi.org/10.53350/pjmhs211572175>
- Fatima, A., Hastuti, D., & Riany, Y. E. (2020a). The Influence of Parenting and Self-Control Influence toward Online Gaming among Adolescents. In *Journal of Family Sciences E* (Vol. 05, Issue 02).
- Fatima, A., Hastuti, D., & Riany, Y. E. (2020b). The Influence of Parenting and Self-Control Influence toward Online Gaming among Adolescents. In *Journal of Family Sciences E* (Vol. 05, Issue 02).
- Firmansyah Putra, F., Rozak, A., Gilang, ), Perdana, V., & Maesharoh, I. (2019). DAMPAK GAME ONLINE TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU SOSIAL MAHASISWA TELKOM UNIVERSITY. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 4(2), 98–103.
- Gao, B., Cai, Y., Zhao, C., Qian, Y., Zheng, R., & Liu, C. (2024). Longitudinal associations between loneliness and online game addiction among undergraduates: A moderated mediation model. *Acta Psychologica*, 243. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104134>
- Ghozali, I. (2012a). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 20*. Badan Penerbit – Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2012b). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 20*. Badan Penerbit – Universitas Diponegoro.
- Ghufron, & Risnawita. (2020). *Teori-Teori Psikologi*. AR-RUZZ Media.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N. O., & Chappell, D. (2004). Online computer gaming: A comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of Adolescence*, 27(1), 87–96. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2003.10.007>





- 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. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*.
- Maulidi, Y., Budiman, A., Psikologi, P., & Psikologi, F. (2020). Hubungan Kesepian dengan Kecanduan Game Online pada Mahasiswa di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2). <https://doi.org/10.29313/.v6i2.24003>
- Mckenna, K. Y. A., Green, A. S., & Gleason, M. E. J. (2002). Relationship Formation on the Internet: What's the Big Attraction? In *Journal of Social Issues* (Vol. 58, Issue 1).
- Mora, I., Ramadhani, S., Tobing, L., Laia, M., Studi Psikologi, P., & Farmasi Dan Ilmu Kesehatan, F. (2022). PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP KECANDUAN GAME ONLINE PADA MAHASISWA SEMESTER VI PROGRAM STUDI FARMASI FAKULTAS FARMASI DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS SARI MUTIARA INDONESIA. *Jurnal Psychomutiara*, 5, 62–75.
- Mulia Adi, P. B. (2019). *Pengaruh Self-Control, Sensation Seeking Dan Demografi Terhadap Online Game Addiction*.
- Mursyad, A. G., Karmiyati, D., & Hidayati, D. S. (2019). Pengaruh Kesepian terhadap Kecenderungan Internet Gaming Disorder pada Pemain Battle Royale Game. *Cognicia*. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>
- Nur R, A. (2021). HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN ADIKSI GAME ONLINE PADA SISWA KELAS X MA N 1 KOTA SERANG TAHUN AJARAN 2019/2020. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 18, 17–23. <https://uia.e-journal.id/guidance>
- Olivia Fanny, P., & Usman, O. (2020). Influence of Behavior, Time Management, Motivation, and Self-Control on Addiction to Playing Online Games. Social Science Research Network. *Social Science Research Network*. <https://ssrn.com/abstract=3512323>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). *Toward a Social Psychology of Loneliness*.
- Pratama, R. A., Widianti, E., & Keperawatan, H. F. (2020). Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Journal of Nursing Care*, 3(2).
- Prima Matur, Y., Simon, M. G., Ndorang, T. A., Ruteng, P., Yani, J. J. A., & Flores, R. (2021). HUBUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE





- Saputra, A. M., & Lukman, L. (2023b). Pengaruh Kesepian Terhadap Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 8(2), 55. <https://doi.org/10.26858/talenta.v8i2.45162>
- Sari, G. A. P., & Hasanah, U. (2020). Hubungan antara Loneliness dan Kecanduan Game Online pada Mahasiswa IAIT Kediri. *Indonesian Journal of Islamic Education Studies (IJIES)*, 3(1), 1–15. <https://doi.org/10.33367/ijies.v3i1.1107>
- Sezgin, E., Turhan, C., Karaaslan, S., & Bayrak, G. (2019). *Investigation of Digital Gaming Addiction and Loneliness of University Students*.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF DAN R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif (R&B)*. Alfabeta.
- Sumiyana, S., Pratiwi, I. D. E., Hadi, C., Utami, E. R., & Saputra, M. A. (2022). Students' game addiction caused by multi-constructs and multi-dimensions: Self-controls, cognitive biases and opportunistic behaviours. *Frontiers in Education*, 7. <https://doi.org/10.3389/educ.2022.966079>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). *Self-Control Scale (SCS)*.
- Teofanda, R. (2020). Intensitas Bermain Game Online Mobile PlayerUnknown's Battleground (PUBG) dengan Kecenderungan Agresivitas pada Dewasa Awal. *Cognicia*, 8(1). <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>
- Tokunaga, R. S., & Rains, S. A. (2010). An Evaluation of Two Characterizations of the Relationships Between Problematic Internet Use, Time Spent Using the Internet, and Psychosocial Problems. *Human Communication Research*, 36(4), 512–545. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2010.01386.x>
- Wahyuningsih, D. (2015). *Bullying Ditinjau dari Secure Attachment dengan Orang Tua dan Kontrol diri pada Siswa di SMA N 8 Surakarta*.
- Wang, J. L., Sheng, J. R., & Wang, H. Z. (2019). The association between mobile game addiction and depression, social anxiety, and loneliness. *Frontiers in Public Health*, 7(SEP). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00247>

- Wira, A., Cahyo, W., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan Self-control dengan Online Gaming Addiction pada Mahasiswa di Surabaya. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Yee, N. (2006). Motivations for Play in Online Games. In *CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR* (Vol. 9, Issue 6). [www.liebertpub.com](http://www.liebertpub.com)
- Zaman, M., Babar, M. S., Babar, M., Sabir, F., Ashraf, F., Tahir, M. J., Ullah, I., Griffiths, M. D., Lin, C. Y., & Pakpour, A. H. (2022). Prevalence of gaming addiction and its impact on sleep quality: A cross-sectional study from Pakistan. *Annals of Medicine and Surgery*, 78. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2022.103641>
- Zul Kamal, N. S., & Wok, S. (2020). THE IMPACT OF ONLINE GAMING ADDICTION ON MENTAL HEALTH AMONG IIUM STUDENTS. *International Journal of Heritage, Art and Multimedia*, 3(11), 01–20. <https://doi.org/10.35631/ijham.311001>



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A