

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode adalah aspek yang sangat penting dan besar pengaruhnya terhadap berhasil atau tidaknya suatu penelitian, terutama untuk mengumpulkan data. Sebab data yang diperoleh dalam suatu penelitian merupakan gambaran dari obyek penelitian.¹

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika.² Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya pengaruh serta berarti atau tidaknya pengaruh tersebut.³

Menurut Sugiyono Dalam penelitian kuantitatif terdapat dua metode, yaitu metode survey dan metode eksperimen. Penelitian ini menggunakan metode survey lapangan. Penelitian survey adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data yang diambil dari sampel populasi tersebut, untuk menemukan kejadian-kejadian relatif, distribusi, dan hubungan-hubungan antar variabel sosiologis maupun psikologis.⁴

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui pengaruh antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada pemain PUBG Mobile Pon Pes Al Amien Kota Kediri.

B. Variabel Penelitian

¹Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* (Bandung: Alfabeta, 2011), 25.

² Saifudin Azwar, *Metode Penelitian* (Jakarta: Pustaka Belajar, 2004), 5.

³Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), 251.

⁴Sugiyono. *Metode Penelitian Manajemen* (Bandung: CV. ALFABETA, 2014), 80.

Dari judul dan jenis penelitian, dapat diketahui terdapat dua variabel dalam penelitian korelasi sebab akibat ini, yaitu variabel bebas (*independent variabel*) dan variabel terikat (*dependent variabel*).

a. Variabel bebas (*independent variabel*)

Variabel bebas adalah variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah kecanduan game online

b. Variabel terikat (*dependent variabel*)

Variabel terikat adalah variabel penelitian yang diukur untuk digunakan dalam penelitian ini adalah mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain dan adapun variabel terikatnya adalah kontrol diri.⁵

C. Definisi Operasional

Definisi operasional menurut Azwar merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.⁶ Berikut adalah definisi operasional dari variabel-variabel dalam penelitian ini:

1. Kontrol Diri

Kontrol diri menurut Tangney adalah kemampuan untuk menolak atau mengubah respon diri pada individu, maupun untuk menyela kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari melakukan hal tersebut. Kontrol diri seharusnya memiliki kontribusi dalam menghasilkan konsekuensi positif dalam kehidupan.⁷

Kontrol diri adalah salah satu bentuk kemampuan individu dalam hal bagaimana cara untuk mengendalikan emosi, dorongan-dorongan dari dalam dirinya untuk

⁵Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Dan Pendidikan* (Surabaya: Pustaka Pelajar Offset, 2010), 164.

⁶Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013), 74.

⁷ M Nur Ghufro dan Rini Risnawita S. *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta : Ar- Ruzz Media 2010), 22

mengatur proses-proses fisik, psikologis, perilaku dalam menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang positif agar dapat diterima dalam lingkungan sosial. Dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonal, keluarga, teman, kualitas keyakinan dan spiritual, tingkat pendidikan.

Penelitian tentang kontrol diri ini dilakukan untuk mengukur seberapa besar kontrol diri yang dimiliki santri pon. pes. Al-Amien yang bermain game online PUBG Mobile.

2. Kecanduan Game Online

Menurut Kardefelt-Winther Kecanduan *game online* adalah salah satu bentuk kecanduan yang bersifat *non-physical*, ditunjukkan dengan perilaku tidak sehat yang kompulsif atau perilaku yang dilakukan secara terus-menerus dalam memainkan *game online* untuk mendapat kepuasan tersendiri sehingga akan sulit berhenti atau membatasinya meski perilaku tersebut menyebabkan beberapa masalah sosial atau emosional.⁸

Jadi beberapa hal yang menjadikan santri pon pes Al-Amien kesulitan berhenti bermain *game online* adalah karena *game online* yang telah mendominasi pikiran sehingga pemain akan menggunakan banyak waktunya untuk bermain *game* dan terbiasa mengabaikan pekerjaan atau tanggung jawabnya serta kehidupan sosialnya. Selain itu kebiasaan pemain bermain *game online* untuk melarikan diri dari masalah sehari-hari dan ketidakmampuan individu dalam mengontrol atau mengendalikan dirinya akan membuat seseorang tidak bisa melepaskan diri dari bermain *game online* yang berlebihan.

⁸ D. Kardefelt-Winther, "Conceptualizing internet use disorders: Addiction or coping process? Psychiatry and Clinical Neurosciences," *jurnal*, 71(7) (2017): 459–466.

Penelitian tentang kecanduan game online ini dilakukan untuk mengukur seberapa besar kecanduan game online yang dimiliki oleh santri pon pes Al-Amien Kota Kediri yang bermain PUBG Mobile.

D. Populasi dan Sampel

1) Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁹

Populasi dalam penelitian ini adalah Santri putra pondok pesantren Al-Amien Kota Kediri yaitu berjumlah 121 Santri.¹⁰

Tabel 3.1

Jumlah Populasi Penelitian

Santri Putra Pon. Pes. Al-Amien	Bermain Game Online PUBG Mobile
Jenjang SMA/MA/SMK	50
Jenjang Kuliah	71
Jumlah Keseluruhan	121

2) Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.¹¹ Apabila subyek kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga

⁹ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan; Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012), 80.

¹⁰ Data kantor fakultas Ushuluddin dan dakwah, Kamis 11 Februari 2021, pukul 10.30- 11.00 WIB.

¹¹ Sugiono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung: IKAPI, 2010), 61-62.

penelitiannya merupakan penelitian populasi. Namun apabila jumlah populasinya lebih dari 100 maka di ambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.¹²

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probabilitas sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel.¹³

Pengambilan sampel menggunakan, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (*purposive sampling*).¹⁴

Adapun kriteria sampel adalah Santri putra Ponndok Pesantren Al-Amien yang membawa Hp dan bermain PUBG Mobile. Untuk meminimalisir waktu dan tenaga keputusan pengambilan sampel dengan menggunakan pedoman tabel isaac dan michael dengan taraf kesalahan 10% dan ditemukan 83 sampel akan tetapi ketika kuisioner disebarkan kepada 83 sampel tersebut dalam kurun waktu satu minggu yang kembali hanya 64 saja, jadi data yang ditetapkan untuk diolah adalah 64 responden.

Tabel 3.2

Jumlah Sampel Penelitian

Santri Putra Pon. Pos. Al-Amien	Bermain Game Online PUBG Mobile
Jenjang SMA/MA/SMK	33
Jenjang Kuliah	50
Jumlah Keseluruhan	83

E. Pengumpulan Data

¹² Sugiono, *Metode Penelitin Pendidikan*, 89.

¹³ Sugiono, *Statistika Untuk Penelitian*, 66.

¹⁴ *Ibid*, 68.

Arikunto menjelaskan metode pengumpulan data adalah cara bagaimana data mengenai variabel-variabel dalam penelitian dapat diperoleh. Pengumpulan data merupakan langkah yang amat penting dalam penelitian karena data ini akan digunakan untuk menjawab permasalahan yang ada dipenelitian.¹⁵

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan kuesioner (angket), yaitu kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut akan menghasilkan data kuantitatif jika dibuat untuk proses pengukuran yang disajikan dalam bentuk daftar pertanyaan atau pernyataan.¹⁶

Alat yang digunakan untuk mengukur variabel-variabel pada penelitian ini yaitu: Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.¹⁷

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian digunakan untuk alat bantu dalam mengukur nilai variabel yang diteliti. Dengan demikian jumlah instrumen tergantung dari jumlah variabel yang diteliti.¹⁸

Pengukuran dalam penelitian adalah menggunakan instrumen skala. Skala merupakan bentuk pernyataan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu.¹⁹

¹⁵ Arikunto, *Metode penelitian kualitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), 134.

¹⁶ Maman Abdurahman, *Dasar-dasar Metode Statistika untuk Penelitian* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2011), 177.

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), 199.

¹⁸ Arikunto, S (2006). *Opcit.*, 149.

¹⁹ Azwar Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 4.

Penelitian ini menggunakan angket Kontrol Diri dan angket Kecanduan Game Online yang disusun dengan menggunakan skala likert dengan empat kategori respon yakni SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Adapun pemberian skor untuk analisis data pada alternatif jawaban setiap itemnya yaitu :

Tabel 3.3
Pemberian Skor

Item Favorable	Item Unfavorable
Sangat Sesuai (SS): 4	Sangat Sesuai (SS): 1
Sesuai (S): 3	Sesuai (S): 2
Tidak Sesuai (TS): 2	Tidak Sesuai (TS): 3
Sangat Tidak Sesuai (STS): 1	Sangat Tidak Sesuai (STS): 4

1. Angket Kontrol Diri

Angket ini disusun peneliti dengan menggunakan teori Tangney, Baumeister dan Boone yang memiliki lima komponen yaitu Kedisiplinan Diri, Aksi yang Tidak Impulsif, Pola Hidup Sehat, Etika kerja, dan Kehandalan. Selanjutnya dimensi tersebut diturunkan dalam indikator penelitian yang menjadi pijakan dalam penyusunan daftar pertanyaan atau pernyataan pengukuran alat ukur ini:

Tabel 3.4
Tabel *Blue Print* Kontrol diri

No	Dimensi	indikator	Nomor Item		Jumlah
			Favorabel	unfavorabel	
1	Kedisiplinan Diri	Dapat membatasi diri dalam berbuat sesuatu yang kurang baik.	2,7	5,10	8

		Mampu menahan diri dari hal-hal yang mengganggu konsentrasi	9,33	12,35	
2	Aksi Yang Tidak Impulsif	Mampu bersikap tenang dalam mengambil keputusan	1,3	4,6	8
		Mampu memperkirakan konsekuensi dari keputusan yang diambil	8,34	11,36	
3	Pola Hidup Sehat	Memiliki pola hidup yang sehat dan positif	13,20	16,22	8
		Adanya keinginan untuk melakukan kegiatan – kegiatan dengan baik	19,37	21,39	
4	Etika Kerja	Mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik	14,15	17,18	8
		Fokus dalam mengerjakan tugas yang diterima	25,29	28,31	
5	Reliability Atau Kehandalan	Mampu menyusun dan membandingkan rencana – rencana dengan kegiatannya	24,30	27,32	8
		Adanya keyakinan dan kepercayaan diri dalam merealisasikan tujuannya	23,38	26,40	
Total					40

2. Angket Kecanduan Game Online

Angket ini disusun Peneliti dengan menggunakan teori Lemmens, Valkenburk and Peter yang memiliki tujuh komponen yaitu *Salience* (*penting*), *Tolerance* (toleransi), *Mood Modification* (modifikasi *mood*) ,*Relapse* (pengulangan), *Withdrawal* (penarikan), *Conflict* (konflik), *Problem* (masalah). Selanjutnya dimensi tersebut diturunkan dalam indikator penelitian yang menjadi pijakan dalam penyusunan daftar pertanyaan atau pernyataan pengukuran alat ukur ini:

Tabel 3.5

Blue print Angket Kecanduan Game Online

No	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Penting (<i>Saliance</i>)	Selalu memikirkan <i>Game</i> yang sedang dimainkan Menggunakan kebanyakan waktu luangnya untuk bermain <i>game</i>	2,8	5,7	4
2	Toleransi (<i>Tolerance</i>)	Tidak bisa berhenti bermain <i>game</i> ketika telah memulai Waktu untuk bermain <i>game</i> semakin lama atau bertambah	1,3	4,6	4
3	Modifikasi <i>Mood</i> (<i>Mood Modification</i>)	Bermain <i>game</i> untuk melepaskan stress/ mengurangi tekanan-tekanan sehingga merasa lebih baik	9,10	11,12	4
4	Pengulangan (<i>Relapse</i>)	Tidak dapat mengurangi intensitas bermain <i>game</i> Mengalami kegagalan dalam mengurangi intensitas bermain <i>game</i>	13,14	17,18	4
5	Penarikan (<i>Withdrawal</i>)	Tidak mampu menarik diri dari bermain <i>game online</i>	15,16	19,20	4
6	Konflik (<i>Conflict</i>)	Memiliki permasalahan dengan orang sekitarnya (teman, keluarga, dll) karena bermain <i>game</i> Berbohong mengenai waktu bermain <i>game</i>	21,22	25,26	4
7	Masalah (<i>Problems</i>)	Waktu tidur berkurang karena bermain <i>game</i> Mengabaikan aktifitas lain ketika bermain <i>game</i>	23,24	27,28	4
Total					28

G. Analisis Data

Jenis Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dalam melakukan analisis data, alat yang digunakan bersifat kuantitatif yaitu statistik. Analisis data merupakan upaya menata secara sistematis hasil angket, observasi, wawancara, dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman terhadap pokok masalah penelitian dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain. Hasil analisis nantinya akan disajikan dalam bentuk angka-angka yang kemudian akan disajikan dan diinterpretasikan dalam suatu uraian.

Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu mencari korelasi atau hubungan maka data yang diperoleh dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linieritas, yang selanjutnya akan di analisis dengan menggunakan teknik *Pearson Product Moment* yang kemudian akan dihitung menggunakan program Komputer statistik atau program SPSS statistic 25.00 for Windows.

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Validitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu instrumen betul-betul mengukur apa yang perlu diukur.²⁰ Uji validitas bertujuan untuk menguji akurasi skala psikologi terhadap data yang dihasilkan, sehingga terdapat kesesuaian Antara alat ukur dan subjek yang diukur.²¹ Prosedur uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini dengan menggunakan validitas isi dan validitas konstruk. validitas isi sering disebut dengan *professional judgement* dalam penilaian ini dilakukan oleh tenaga ahli. sedangkan validitas konstruk adalah gambaran sejauh mana alat ukur itu menunjukkan hasil yang sesuai dengan teori.²² Validitas konstruk dapat menggunakan beberapa teknik statistika dengan bantuan Software SPSS 25.00 for Windows.

²⁰Ali Anwar, *Statistik Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya dengan SPSS dan Excel*, (Kediri: IAIT Press,2009), 8.

²¹Husaini Usman dan Purnomo Stiady Akbar, *Pengantar Statistik*, (Jakarta: PT.Bumi Aksara), 287.

²²Ibid, 288.

Pengambilan keputusan untuk menentukan item yang valid digunakan r_{hitung} dibandingkan dengan r_{tabel} dengan derajat kebebasan (dk) jumlah sampel dikurangi jumlah variabel ($64-2 = 62$), yaitu item dan total. Manakala $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ maka item tersebut dikatakan valid, tetapi jika $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ maka item tersebut dikatakan tidak valid. Untuk nilai r_{tabel} dengan dk 62 dan taraf nyata (α) = 0,05 didapatkan skornya $r_{tabel} = 0.207$.²³

b. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang *reliable* (reliabel) yang berarti kepercayaan, keterdalaman, kejelasan, konsistensi, dan kestabilan. Konsep reliabilitas adalah sejauh mana alat ukur dapat dipercaya.²⁴

Pengujian reliabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Hal ini bertujuan agar menghasilkan skor yang konsisten dan dapat dipertanggung jawabkan.²⁵

Perhitungan reliabilitas item untuk masing-masing skala dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dan dianalisis dengan menggunakan SPSS 25.

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang dari 0,000 sampai dengan 1,000. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,000 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya semakin rendah mendekati 0,000 berarti semakin rendah reliabilitasnya.²⁶

2. Uji Asumsi

²³ Sugiyono, Statistik Untuk Penelitian (Bandung: Alfabeta, 2012), 373.

²⁴ Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), 4.

²⁵ Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 83.

²⁶ Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, 86.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya data menggunakan SPSS Statistik 25 dengan menggunakan perhitungan *kolmogrov-smirnov*. Yang mana bila angka signifikan lebih besar atau sama dengan 0,05 maka data berdistribusi normal, tetapi jika kurang maka data tidak didistribusi normal.²⁷ Normalitas data dapat dilihat dengan menggunakan uji normal kolmogrov-smirnov.²⁸

Adapun rumus yang digunakan yaitu :

$$Kd = 1.36 \sqrt{\frac{n1 + n2}{n1 \times n2}}$$

Keterangan :

Kd = harga *Komogorov-smirnov* yang dicari

n1 = Jumlah sampel observasi

n2 = Jumlah sampel yang diharapkan

selain itu dalam uji normalitas juga bisa memakai *Probability Plot* (P-Plot) dengan bantuan SPSS 25.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah asumsi yang menyatakan apakah antara variabel terikat dengan variabel bebas mempunyai hubungan yang linier. Dalam penelitian ini menggunakan data interval, maka uji linieritas menggunakan statistik parametris.²⁹ Data penelitian dikatakan linier nilai taraf signifikan < 0,05. Perhitungan dilakukan dengan bantuan SPSS *versi 25.00 for windows*.

H. Uji Hipotesis

²⁷ Ibid, 107.

²⁸ Wiratna Sujarwati, *Belajar Mudah SPSS Untuk Penelitian Mahasiswa Dan Umum*, (Yogyakarta: Global Media Informasi, 2008), 45.

²⁹ Sugiyono, *Statistika untuk*, 227.

Sejalan dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu mencari korelasi atau hubungan maka untuk pengujian koefisien korelasi antara kontrol diri dengan kecanduan game online dikatakan mempunyai hubungan yang linier dengan ketentuan, jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima, dan jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak. Serta sejalan dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu mencari korelasi atau hubungan maka untuk pengujian koefisien korelasi diantara skor-skor skala dihitung dengan menggunakan formulasi korelasi *product moment*.

dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{n}}{\sqrt{(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n})(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n})}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi antara variabel X dan Y

n = jumlah responden uji coba

X = skor tiap item

Y = skor seluruh item responden uji coba

XY = produk dari X dikali Y

Berdasarkan hipotesis dan tujuan penelitian yaitu mencari hubungan atau korelasi, maka untuk pengujian koefisien korelasi antara H_1 dan H_2 , yaitu pengaruh kontrol diri dengan kecanduan game online, maka menggunakan uji korelasi *Pearson product moment*. Korelasi *Pearson product moment* digunakan untuk mencari pengaruh dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel bila data kedua variabel berbentuk interval atau ratio.³⁰

Untuk mengetahui apakah kedua variabel berpengaruh secara signifikan atau tidak dapat dilihat dari hasil perhitungan nilai *sig.2-tailed* atau dari r_{hitung} , dengan norma apabila nilai signifikan $< 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan dan apabila

³⁰ Ibid., 228.

$r_{hitung} > r_{tabel}$ dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan. Sehingga H_a diterima dan H_o ditolak.³¹

Untuk mengetahui apakah koefisien korelasi hasil perhitungan signifikan atau tidak, dapat dibandingkan dengan r_{tabel} . Jika nilai $r_{hitung} > r_{hitung}$ dengan taraf kesalahan yang digunakan yaitu 5%, maka H_a diterima dan H_o ditolak.

³¹ Ibid, 288.

