

**PENGARUH ADIKSI BERMAIN *GAME ONLINE* DAN
KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU AGRESIF PADA
GENERASI Z DI MAN 4 MADIUN**

SKRIPSI



OLEH:

NATASYA MUSTIKANING KARANA

NIM. 2102103034

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

UNIVERSITAS PGRI MADIUN

JULI 2025

**PENGARUH ADIKSI BERMAIN *GAME ONLINE* DAN
KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU AGRESIF PADA
GENERASI Z DI MAN 4 MADIUN**

SKRIPSI

Diajukan kepada UNIVERSITAS PGRI MADIUN untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata 1
Program Studi Bimbingan dan Konseling

OLEH:

NATASYA MUSTIKANING KARANA

NIM. 2102103034

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

JULI 2025

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi oleh Natasya Mustikaning Karana telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Madiun, 2 Juli 2025

Pembimbing I,



Silvia Yula Wardani, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0715078901

Madiun, 2 Juli 2025

Pembimbing II,



Beny Dwi Pratama, S.Psi., M.Psi.
NIDN. 0716128603

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

Skripsi oleh Natasya Mustikaning Karana telah dipertahankan di depan panitia penguji pada hari Kamis tanggal 10 Juli 2025.

Panitia Penguji



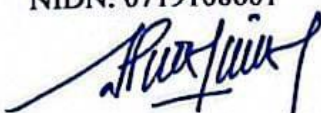
Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0730038504

Ketua



Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.
NIDN. 0719108601

Sekretaris



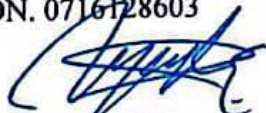
Silvia Yula Wardani, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0715078901

Anggota



Beny Dwi Pratama, S.Psi., M.Psi.
NIDN. 0716128603

Anggota



Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd., Kons.
NIDN. 0704118503

Anggota

Mengetahui,
Dekan FKIP



Dr. Sardulo Gembong, M.Pd.
NIDN. 0022096503

Mengesahkan,
Kaprosdi Bimbingan dan Konseling



Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0730038504

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Natasya Mustikaning Karana

NIM : 2102103034

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 2 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Natasya Mustikaning Karana

NIM. 2102103034

MOTTO DAN KATA PERSEMBAHAN

MOTTO:

Skripsi ini tidak sempurna, tetapi cukup untuk membuat saya wisuda dan mendapatkan gelar sarjana. Bismillah untuk segala hal-hal baik yang sedang diperjuangkan.

“Kamu boleh menangis, kamu boleh teriak, tetapi tidak boleh menyerah”

- Jeon Jungkook BTS

“Terimakasih sudah bertahan, terimakasih sudah berjuang, ternyata kau sekuat itu, ternyata kau sehebat itu. Terimakasih kau tak berhenti, terimakasih kau tak menyerah di pertarungan yang sengit ini, kau kan, kau kan menang”

- Gea Indrawari

SKRIPSI INI KUPERSEMBAHKAN KEPADA:

Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan karunia-Nya.

Alm. Ayah saya yang tidak sempat untuk melihat dan mendampingi putri bungsunya menyelesaikan kuliah. Terimakasih atas cinta dan kasih sayang yang sudah diberikan semasa hidupmu.

Ibu saya tercinta yang perjuangannya sangat luar biasa, terimakasih banyak atas perjuangan dan do'a yang sudah diberikan sampai detik ini, sehingga segala urusan yang anakmu lakukan mendapat kemudahan dan kelancaran.

Diri saya sendiri, terimakasih sudah berusaha keras untuk bisa menyelesaikan studi ini.

Kakak kandung dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan dukungan dan do'a yang tidak ada hentinya.

Semua teman-teman yang saya sayangi.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Adiksi Bermain *Game Online* dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Agresif pada Generasi Z di MAN 4 Madiun”.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis tidak terlepas dari adanya bantuan, dukungan serta doa dari berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu, peneliti mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Dr. Supri Wahyudi Utomo, M.Pd. Selaku Rektor Universitas PGRI Madiun.
2. Dr. Sardulo Gembong, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.
3. Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd. Selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling.
4. Silvia Yula Wardani, S.Pd., M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing I dalam penyusunan skripsi yang dengan sabar telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
5. Beny Dwi Pratama, S.Psi., M.Psi. Selaku Dosen Pembimbing II dalam penyusunan skripsi yang dengan sabar telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
6. Suminto, M.Pd.I Selaku Kepala Madrasah MAN 4 Madiun yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Suheni Darajat, S.Pd. Selaku Guru Bimbingan Konseling MAN 4 Madiun yang telah membantu penyusunan jadwal penelitian di madrasah.
8. Siswa-siswi MAN 4 Madiun yang telah berkenan untuk membantu peneliti untuk menyelesaikan penelitian dengan tepat waktu.
9. Ayahanda tercinta Drs. Sunjoto (Alm.) yang telah menemani perkuliahan ini sampai semester empat sebelum akhirnya berpulang ke

pangkuan Allah SWT. Sesuai keinginan ayah ingin melihat anaknya sarjana walaupun ayah sudah tidak ada di dunia, saya harap ayah tenang di surga dan bahagia melihat anaknya dapat melewati masa perkuliahan.

10. Ibu tercinta Mariyati orang yang hebat yang menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi, terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan saya, terimakasih untuk semua berkat do'a dan dukungan ibu saya bisa berada di titik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi, ibu harus selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.
11. Keluarga besar yang telah mendukung dan tidak pernah menanyakan peneliti kapan selesai skripsi dan wisuda.
12. Sahabat saya yaitu Alfi, Nadya, dan Della yang sudah mendukung dan menemani saya selama empat tahun perkuliahan dan mau mendengarkan segala curahan hati saya.
13. Teman-teman Program Studi Bimbingan Konseling Angkatan 2021 khususnya kelas B, yang telah mendukung dan membantu.
14. Terakhir, terimakasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya, yaitu penulis diriku sendiri, Natasya. Terimakasih sudah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi inisampai selesai.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, diharapkan kritik dan saran guna kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih dan berhadap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi pengembangan ilmu pendidikan.

Madiun, 2 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN PANITIA PENGUJI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
MOTTO DAN KATA PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Kegunaan Penelitian.....	9
F. Definisi Operasional Variabel	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS PENELITIAN	12
A. Kajian Pustaka.....	12
B. Kerangka Berpikir.....	38
C. Hipotesis Penelitian.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
B. Desain Penelitian.....	43
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	44
D. Teknik Pengumpulan Data	48
E. Instrumen Penelitian.....	48
F. Teknik Analisis Data	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Deskripsi Data.....	61

B. Hasil Pengujian Hipotesis	67
C. Pembahasan.....	70
BAB V PENUTUP.....	75
A. Simpulan	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	82
DOKUMENTASI.....	112
SURAT IJIN PENELITIAN.....	113
SURAT BALASAN PENELITIAN	114
RIWAYAT HIDUP	115

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	43
Tabel 3. 2 Data Siswa Kelas X MAN 4 Madiun	45
Tabel 3. 3 Skoring Kuesioner Pertanyaan	49
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Angket Adiksi Bermain <i>Game Online</i>	51
Tabel 3. 5 Kisi-Kisi Angket Kontrol Diri	51
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Angket Perilaku Agresif	52
Tabel 3. 7 Kriteria Validitas Instrumen	53
Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas Adiksi Bermain <i>Game Online</i>	54
Tabel 3. 9 Hasil Uji Validitas Kontrol Diri	54
Tabel 3. 10 Hasil Uji Validitas Perilaku Agresif	55
Tabel 3. 11 Hasil Keseluruhan Uji Reliabilitas	57
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Adiksi Bermain <i>Game Online</i>	62
Tabel 4. 2 Kategorisasi Data Adiksi Bermain <i>Game Online</i>	63
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kontrol Diri	64
Tabel 4. 4 Kategorisasi Data Kontrol Diri	65
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Perilaku Agresif	66
Tabel 4. 6 Kategorisasi Data Perilaku Agresif	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	40
Gambar 3. 1 Desain Penelitian Expost Facto	44
Gambar 4. 1 Historigram Adiksi Bermain Game Online	62
Gambar 4. 2 Historigram Kontrol Diri	64
Gambar 4. 3 Historigram Perilaku Agresif	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Responden Uji Coba	83
Lampiran 2 Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba.....	84
Lampiran 3 Tabulasi Data Uji Coba.....	90
Lampiran 4 R Tabel.....	93
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	94
Lampiran 6 Data responden Penelitian	98
Lampiran 7 Instrumen Penelitian Setelah Uji Coba.....	99
Lampiran 8 Tabulasi Data Penelitian	105
Lampiran 9 Data Statistik Deskriptif	108
Lampiran 10 Hasil Uji Asumsi.....	109
Lampiran 11 Hasil Uji Hipotesis.....	110