

Studi Deskriptif Mengenai Self Regulation pada Mahasiswa Gamers Game Online Dota 2 di Warnet J dan D Bandung

Descriptive Study About Self Regulation on Student Gamers Game Online Dota 2 in
Warnet J and D Bandung

¹Mohamad Ikhsan Dwi Putra, ²Hedi wahyudi

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,

Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

e-mail : ¹demigod.ichan@gmail.com , ²hediway@yahoo.com

Abstract. Internet is one of the technological advancements that are growing and can be as a medium for refreshing with one of them playing online games. This online game is entertaining and addictive. The majority of online game addict gamers are adult age range. Many of them are less able to manage the time to learn because part of their time is spent playing online games. This research is a descriptive research that aims to see and obtain data about self-regulation picture of gamers students online game in Bandung. This research is a research with the subject of research as many as 35 students online game gamers who have a GPA > 3.00. The data was collected by using a measuring instrument that was prepared by the researcher based on self regulation theory concept according to B.J.Zimmerman. The measuring instrument has 63 valid items with reliability of 0.729. Based on the results of data processing, the results obtained are 21 students online game gamers (60%) have high self regulation and as many as 14 students online gamers (40%) have low self-regulation.

Keywords : self regulation, student gamers online game

Abstrak. Internet adalah salah satu kemajuan teknologi yang sedang berkembang dan dapat sebagai media untuk refreshing dengan salah satunya bermain game online. Game online ini bersifat menghibur dan adiktif. Mayoritas gamers addict game online adalah rentang usia dewasa dini. Banyak mereka yang kurang mampu mengatur waktu belajar karena sebagian waktu mereka dihabiskan untuk bermain game online. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk melihat dan memperoleh data mengenai gambaran self regulation mahasiswa gamers game online di Kota Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian dengan subjek penelitian sebanyak 35 mahasiswa gamer game online yang memiliki IPK > 3,00. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur yang disusun oleh peneliti berdasarkan konsep teori self regulation menurut B.J.Zimmerman. Alat ukur tersebut memiliki 63 item valid dengan reliabilitas sebesar 0,729. Berdasar hasil pengolahan data, maka didapatkan hasil yaitu sebanyak 21 mahasiswa gamer game online (60%) memiliki self regulation tinggi dan sebanyak 14 mahasiswa gamer game online (40%) memiliki self regulation rendah.

Kata kunci : self regulation, mahasiswa gamer game online

A. Pendahuluan

Saat ini teknologi mengalami kemajuan sangat pesat. Dengan perkembangan yang sangat pesat tersebut manusia dapat mengakses segala kebutuhannya dengan instan. Salah satu kemajuan teknologi yang berkembang dengan pesat saat ini yaitu internet. Internet merupakan kebutuhan bagi sebagian masyarakat dunia saat ini, bahkan sebuah survei mengatakan bahwa internet sama pentingnya dengan kebutuhan dasar manusia seperti udara, air, makanan dan tempat tinggal Hal ini menunjukkan semakin pentingnya peran internet dalam kehidupan sehari-hari.

Game Online merupakan suatu jenis permainan yang melibatkan banyak pemain, jumlah pemainnya bahkan sampai ratusan hingga ribuan sekaligus yang dihubungkan dengan fasilitas LAN (*Local Area Network*) dan Internet. Permainan ini menyuguhkan tampilan gerak, warna, suara yang memiliki aturan permainan dan terdapat level tertentu yang bersifat menghibur dan bersifat adiktif. Jumlah pemain *game online* di Indonesia cukup banyak. Permainan ini kini diminati oleh berbagai

kalangan, mulai dari pria maupun wanita, baik usia anak- anak hingga orang dewasa.

Berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa hampir sebagian besar individu usia remaja dan dewasa dini mengalami kecanduan terhadap *game online*. Jika dilihat dari tugas perkembangan masa dewasa dini seharusnya individu pada usia dewasa dini mengembangkan diri untuk memasuki dunia kerja, memilih pasangan hidup, memasuki pernikahan, belajar hidup berkeluarga, merawat dan mendidik anak, mengelola rumah tangga, memperoleh karier yang baik, berperan dalam masyarakat, mencari kelompok sosial yang menyenangkan. Namun demikian individu yang kecanduan *game online* cenderung untuk mengabaikan tugas-tugasnya.

Mereka sebagai *gamers* yang berperan sebagai mahasiswa perlu didukung dengan kemampuan dalam mengatur waktu belajar ketika dihadapkan pada tuntutan-tuntutan akademis yang dianggap berat. Kegiatan perkuliahan di kelas, yang didalamnya terdapat tugas-tugas yang diberikan oleh dosen dan kegiatan praktikum yang menuntut mahasiswa untuk dapat mengatur waktu dengan baik. Pada salah satu sumber yang diwawancarai, ia menyatakan bahwa ia memiliki IPK yang stabil di angka 3,02. Ketika ditanyakan oleh peneliti mengenai ada atau tidaknya *gamers* yang memiliki IPK diatas 3,0, ia menyatakan ada beberapa temannya yang sering bermain ditempat yang sama dan mempunyai IPK diatas 3,0 dan tidak pernah dibawah 3,0 dan stabil angka tersebut. Peneliti juga menanyakan berapa lama waktu yang dihabiskan mereka untuk bermain game tersebut baik diwarnet maupun dirumahnya masing-masing, mereka menyatakan bervariasi antara 8 sampai dengan 10 jam setiap malam mereka habiskan bermain game. Hal tersebut dilakukan baik itu ketika besoknya ada kuliah maupun tidak, jadi ketika besoknya mereka memiliki jadwal kuliah pagi maka mereka akan berusaha untuk tidak tidur dan langsung melanjutkan untuk kuliah keesokan harinya tanpa mengalami kendala apapun (mengantuk dikelas dll). Ketika mereka menghadapi ujian baik itu UAS maupun UTS mereka menghabiskan waktunya untuk belajar tapi tidak juga meninggalkan gamenya. Menurut *gamers* tersebut terkadang mereka lebih mementingkan game yang dimainkannya daripada mengulang pelajaran-pelajaran yang mereka peroleh dikampusnya karena mereka merasa bahwa mereka mampu dan bisa untuk mengerjakan tugas ataupun kuis sampai dengan UAS dan UTS dengan sedikitnya waktu belajar yang mereka jalani. Mereka juga lebih tertarik membahas sesuatu yang berkaitan tentang game yang mereka mainkan dibandingkan dengan mata kuliah yang baru atau sudah mereka jalani, hal ini dikarenakan menurut mereka sendiri hal tersebut (membicarakan mengenai mata kuliah) adalah sesuatu yang terlalu *mainstream* ketika dibahas dikampus maupun diluar kampus. Dalam manajemen waktu sendiri para gamer tersebut mengatakan bahwa jika mereka kebanyakan bisa menghabiskan waktunya sekitar 10 jam untuk bermain game akan tetapi mereka juga tidak meninggalkan tugasnya, cuma menunda sementara untuk dikerjakan dan mereka memiliki target tersendiri untuk menyelesaikan tugasnya tersebut sehingga ketika tugas tersebut selesai mereka dapat menikmati ataupun menghabiskan waktu untuk kembali bermain game lagi. Mereka juga merencanakan bagaimana tata cara mengerjakan tugas-tugasnya dengan tepat dan secara singkat dan juga lebih mengutamakan poin-poin pembelajaran yang dapat diambil dari tugas tersebut, jika hal tersebut selesai maka mereka akan melakukan hal-hal yang sama pada tugas-tugas lainnya dikarenakan hal tersebut adalah cara yang berhasil untuk mengerjakan tugas-tugasnya. Disamping itu mereka juga ingin membuktikan pada orang sekitarnya bahwa jika mahasiswa bermain game itu tidak mempunyai prestasi ataupun IPK yang rendah yang dibayangkan oleh orang-orang pada umumnya dengan cara mempunyai target bagaimana mereka menyelesaikan

tugasnya sampai dengan manajemen waktu yang mereka punya untuk bermain game maupun mengerjakan tugasnya secara maksimal. Mereka lebih sering menggunakan istilah "Work Hard, Play Hard".

B. Landasan Teori

Self regulation merupakan suatu interaksi dari faktor-faktor pribadi, tingkahlaku dan lingkungan (Bandura, 1986; dalam Boekaerts, 2000:13). *Self regulation* digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan. *Self regulation* adalah suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000:631). *Self regulation* pada mahasiswa mengacu pada derajat metakognisi, motivasi, dan perilaku mereka dalam belajar (Zimmerman, 1986; dalam Boekaerts, 2000:632). Masing-masing mahasiswa memiliki *self regulation* yang berbeda-beda dalam belajar, termasuk motivasi mereka untuk belajar, metode yang digunakan, hasil yang tampak dari usaha yang mereka lakukan, dan sumber lingkungan yang mereka gunakan (Zimmerman, 1994; dalam Boekaerts, 2000:632). *Self regulation* meliputi proses penetapan tujuan untuk belajar, mengikuti dan berkonsentrasi pada pelajaran, penggunaan strategi yang efektif untuk mengorganisir, melakukan pengkodean, dan mengulang informasi yang diperoleh agar dapat diingat, menentukan suatu lingkungan pekerjaan yang produktif, menggunakan sumber daya secara efektif, memantau tingkah laku yang ditampilkan, mengatur waktu secara efektif, mencari bantuan ketika dibutuhkan, memiliki keyakinan yang positif tentang kemampuan yang dimiliki, dan mengantisipasi hasil yang diperoleh, dan merasa bangga dan puas atas usaha yang telah dikeluarkan (McCombs, 1989; Pintrich & DeGroot, 1990; Weinstein & Mayer, 1986; Zimmerman, 1994; dalam Boekaerts, 2000:631)

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada penelitian ini dapat kita lihat juga gambaran mengenai *self regulation*, mahasiswa yang memiliki *self regulation tinggi* dan *self regulation rendah*. Mahasiswa dikatakan memiliki *self regulation tinggi* berdasarkan skor yang diperoleh oleh mahasiswa tersebut, pada setiap fase dalam *self regulation*. Mahasiswa dikatakan memiliki *self regulation tinggi* jika skor mereka tinggi di setiap fase, dan sebaliknya *self regulation* mahasiswa dikatakan rendah jika seluruh ataupun sebagian skor mereka rendah dalam fase *self regulation*. Gambaran persentase jumlah mahasiswa yang memiliki *self regulation tinggi* dan rendah dapat dilihat melalui tabel berikut ini :

Tabel 1. Persentase Jumlah Subjek Dengan *Self Regulation* Tinggi dan *Self Regulation* Rendah

Kategori	Nilai	Frekuensi	N
Tinggi	190-234	21	60%
Rendah	133-184	14	40%

Gambar 1. Diagram Persentase Jumlah Subjek Dengan *Self Regulation* Tinggi dan *Self Regulation* Rendah

Berdasarkan tabel 4.1 dan diagram 4.1, dapat terlihat bahwa terdapat mahasiswa yang memiliki *self regulation* tinggi atau sebesar 60% dari 21 mahasiswa. Sedangkan terdapat 14 mahasiswa yang memiliki *self regulation* rendah, atau sebesar 40% dari 35 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan pembahasan pada bab IV, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat 21 mahasiswa yang memiliki *self regulation* tinggi atau sebesar 60% dari 35 mahasiswa, 21 mahasiswa dalam bidang akademik memenuhi tuntutan yang diberikan serta dapat mengatur kapan saatnya belajar dan juga kapan

- saatnya bermain *games*, sehingga dapat dikatakan *self regulation* tinggi.
2. Terdapat 14 mahasiswa atau sebesar 40% mahasiswa memiliki *self regulation* yang rendah, mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa yang belum mampu memenuhi tuntutan sebagai mahasiswa dan hanya mempertahankan IPK mereka agar tetap IPK > 3.00. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa kurang memiliki tujuan, menyusun strategi dan perencanaan untuk memenuhi tuntutan mereka, tidak dapat mengontrol perilaku mereka dalam menjalankan tuntutan yang mereka hadapi dan tidak dapat mengevaluasi usaha yang telah dilakukan dalam menjalankan tuntutan.
 3. Fase *self regulation* yang terendah adalah fase *performance or volitional control*, pada fase ini terdapat 19 mahasiswa atau sebanyak 54,3% mahasiswa memiliki fase *self performance or volitional control* yang rendah.
 4. Sub aspek yang terendah adalah, sub aspek *self observation* pada fase *performance or volitional control*, pada fase ini terdapat 21 mahasiswa atau 60% mahasiswa, memiliki sub aspek *self observation* yang rendah. Jadi mereka kurang dapat menyadari bahwa tindakan mereka terkadang tidak sesuai dengan perencanaan awal sehingga terkadang tingkah laku yang dihasilkan tidak sesuai dengan perencanaan awal yang mereka buat.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsini. (2007). Manajemen Penelitian. Jakarta : Rineka Cipta.
- Boekaerts, Monique; Pintrich, Paul. R; Zeidner, moshe. (2002). *Handbook of Self regulation*. California, USA : Academic Press.
- Griffiths, M. (2009). "Online Computer Gaming : Advice for Prents and Teacher". <http://www.sheu.org.uk/publications/eh/eh271mg.pdf>
- Griffiths, Mark. 2008. Dalam *Adolescent Addiction, Epidemiology, Assessment and Treatment*, USA : Academic Press, Elsevier Inc.
- Noor, Hasanuddin. (2012). Psikometri, Bandung, Jauhar Mandiri. Cetakan kedua.
- Ramdass, D, & Zimmerman, B. (2011). *Studies on Homework and Self Regulation Proseses*. *Journal of Advanced Academics*, 22. 194-218.
- Sarwono, Sarlito. 2003. " *Psikologi Remaja* " . Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Sri Rahayu, Makmuroh. 2008. *Diktat Kuliah Metodologi Penelitian*. Universitas Islam Bandung.
- Sugiyono. (2011). Metode Peneltian Kombinasi, Bandung : Alfabeta.
- Zimmerman, BJ.,& Cleary, Timothy. J (2006), *Adolescents Development of Personal Agency : The Role of Self Efficacy Beliefs and Self Regulatory Skill, by information Age Publishing*, (pp, 45-69)