

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. *Self-Awareness*

###### a. Pengertian *Self-Awareness*

*Self-awareness* adalah suatu kemampuan seseorang tentang bagaimana ia dapat memahami pikiran, perasaan, serta melakukan evaluasi diri untuk mengetahui sejauh mana tingkat keadaan dirinya dan interaksi terhadap orang lain yang secara sadar bahwa ia menyadarinya. Menurut pendapat Uno bahwa *self-awareness* merupakan suatu kemampuan seseorang dalam memahami perilaku guna mendorong individu agar dapat menempatkan diri sesuai dengan lingkungannya.<sup>1</sup> Goleman dalam penjelasannya menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan kemampuan individu memahami dirinya dan orang lain yang mencakup perasaan yang dialami dan timbulnya suatu perilaku akibat perasaan tersebut.<sup>2</sup> Soedarsono mendefinisikan *self-awareness* sebagai bentuk pemahaman diri sendiri atas fisik, sikap, sifat dan nalurinya untuk mengetahui potensi yang ada dalam dirinya sehingga ditemukan gambaran diri secara utuh.

Dengan demikian maka dapat dikatakan sangatlah penting bagi anak-anak jika kemampuan *self-awareness* ditanamkan dalam dirinya, karena jika *self-awareness* yang baik telah tertanam dalam diri anak-anak tentunya secara sadar anak akan memiliki kemampuan dalam menyampaikan seluruh hal yang ada dalam dirinya meliputi membuat keputusan yang tepat dalam mengatasi permasalahan, perasaan yang dialami, serta kelebihan dan kekurangan mengenai diri sendiri, yang nantinya akan mampu membuat anak lebih percaya diri serta berfikir sebelum melakukan tindakan.

Berdasarkan kesimpulan dari uraian penjelasan di atas, peneliti mendefinisikan *self-awareness* adalah pemahaman diri dalam mengenali dan peduli akan setiap keadaan yang terjadi,

---

<sup>1</sup> Jihan Ferika Aista, "Pengaruh Self Awareness Dan Self Efficacy Terhadap Regulasi Siswa Smp Muhammadiyah 3 Kaliwungu." (Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2022).

<sup>2</sup> Ernawati dan Ruzika Hafizha, "Pengaruh Kompetensi, Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri Terhadap Kenyamanan Pimpinan Dalam Melakukan Penilaian Kinerja Karyawan," *Jurnal Ekonomi Dan Kewirausahaan* 10, no. 1 (2010): 76.

memahami kelebihan dan kekurangan dirinya, serta kemampuan dalam mengetahui tentang gambaran dirinya yang jelas. Sehingga dengan dimilikinya *self-awareness* yang baik maka nantinya individu akan dapat mengendalikan atau mengontrol emosinya dengan baik pula, yang senantiasa akan mampu dalam memahami dirinya sendiri.

#### b. Aspek-Aspek *Self-Awareness*

Menurut Goleman terdapat 3 aspek utama dalam *self-awareness*, yaitu:

##### a. Mengenal emosi

Mengenal emosi diri merupakan suatu kemampuan individu dalam mengenali perasaannya ketika perasaan itu terjadi.<sup>3</sup> Artinya yaitu individu dapat mengenali jenis-jenis emosi diri dan penyebab munculnya pengaruh yang diakibatkan oleh emosi tersebut. Orang yang memiliki kemampuan dalam mengenali jenis-jenis emosi dalam dirinya, tentunya ia akan mampu mengetahui makna emosi yang sedang dirasakannya, dan alasan munculnya emosi tersebut terjadi, serta mampu dalam menyadari antara perasaan yang sedang dialaminya dengan yang telah individu pikirkan.

##### b. Pengakuan diri yang akurat

Pengakuan diri yang akurat dalam arti mampu memahami terhadap apa yang dirasakannya yang diantaranya ialah pengetahuan sumber daya batiniah, kemampuan serta keterbatasan diri. Seseorang memiliki kemampuan ini tentunya akan menyadari terhadap kekuatan beserta kelemahan yang ada dalam dirinya, memberi waktu luang untuk merenungkan diri, menjadikan pengalaman sebagai pembelajaran, terbuka dalam menerima kritik atau masukan dari orang lain maupun perspektif baru, serta tidak putus asa dalam belajar dan pengembangan diri. Selain itu individu juga menunjukkan rasa humor dan bersedia memandang diri dari berbagai perspektif yang luas.

---

<sup>3</sup> Emiliana, Asep Eka Nugraha dan Indria Susikawati, “Kecerdasan Emosional Menurut Goleman Dalam Perspektif Kurikulum 2013 PAUD,” *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, no. 1 (2022): 18.

c. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri yang berarti memiliki kemampuan dalam mempercayai diri sendiri dan kesadaran yang kuat terhadap harga diri serta kemampuan yang dimiliki. Dengan memiliki kemampuan ini individu akan berani untuk menyuarkan keyakinan dirinya sebagai cara untuk mengungkapkan keberadaan dirinya atau eksistensi, berani dalam mengekspresikan terhadap perbedaan pandangan dan siap berkorban dalam hal kebenaran, serta mampu bersikap tegas, dan memiliki keberanian yang tepat dalam membuat keputusan walaupun dalam keadaan yang belum pasti.<sup>4</sup>

Adapun, *self-awareness* menurut pendapat Supriyanto dan Wahyudi meliputi:

1) Menghargai orang lain dalam hal kebaikan

Menghargai kebaikan orang merupakan sikap yg ditujukan seseorang dengan bentuk penghormatan kepada orang lain yg telah berjasa baginya, baik meliputi pemberian nasihat, bimbingan, masukan maupun kritikan.

2) Terbuka

Terbuka yaitu kemampuan cara seseorang dalam hal membuka diri kepada orang lain, baik dalam bentuk ungkapan perasaan terhadap sesuatu yang telah dikatakan atau dilakukan, maupun perasaan terhadap peristiwa yang baru didapati.

3) Reseptif

Reseptif adalah kemampuan seseorang untuk mengenali dan merespons seseorang terhadap suatu peristiwa yang terjadi dilingkungan sekitarnya.

4) Kenyamanan kehidupan

Kenyamanan dalam kehidupan ialah keadaan dimana seseorang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya yang bersifat individual yang diakibatkan oleh faktor keadaan lingkungan.

5) Kenyamanan dengan orang lain

Kenyamanan dengan orang lain adalah perasaan dimana seseorang dapat merasakan ketenangan, aman dan bahagia dengan kebutuhan dasarnya juga telah terpenuhi yang muncul dengan tanpa adanya yang membedakan-

---

<sup>4</sup> Siti Nurrokhmah, "Kesadaran Diri Untuk Sembuh Pada Remaja Pengguna Narkoba Di Pondok Pesantren Bidayatussalikin," *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* 5, no. 1 (2019): 87.

bedakan antara ras, suku, agama maupun budaya dari manapun yang berada dilingkungan sekitarnya.<sup>5</sup>

Dari keterangan pendapat di atas, peneliti menyimpulkan bahwa menurut Goleman aspek *self-awareness* meliputi: pengakuan diri yang akurat, pengenalan emosi, dan kepercayaan diri sedangkan menurut pendapat Supriyanto dan Wahyudi diantaranya: sikap menghargai orang lain, reseptif, kenyamanan dalam kehidupan, terbuka serta kenyamanan dengan orang lain.

### c. Ciri-Ciri Orang Memiliki *Self-Awareness*

Menurut Adams, orang akan memiliki *self-awareness* ketika mempunyai karakteristik sebagai berikut:

#### 1. Memahami diri sendiri.

Mampu dalam mengetahui keadaannya, sesuatu yang akan dilakukan dipastikan dapat menuju kebaikan. Misalnya, disaat individu dalam pengambilan suatu keputusan yang terbaik baginya didalam kehidupan, karena segala yang dilakukan merupakan gambaran dirinya. Maka dari itu, ia nantinya akan bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri.

#### 2. Ketepatan dalam hal membangun tujuan dan karier

Selayaknya melakukan perencanaan dengan melakukan hal yang tepat guna mengembangkan potensinya, yang dilakukan oleh individu dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan hidup dan kariernya dimasa yang akan datang, sesuai bakat dan minatnya yang dimiliki.

#### 3. Membangun relasi dengan orang lain.

Hubungan inter-personal mampu dibangun dan dikembangkan oleh individu dengan baik. Karena manusia sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan hubungan dengan orang lain, baik hubungan yang dibangun secara individu maupun secara berkelompok, karena manusia tidak bisa hidup dengan secara sendiri-sendiri. Adapun salah satu hal yang dapat membuat terbentuknya *self-awareness* tersebut adalah cara pandang individu terhadap pentingnya membangun relasi dalam kehidupan bermasyarakat.

---

<sup>5</sup> Winda Astuti, "Hubungan Self Awareness Dan Kedisiplinan Pada Siswa Smk Garuda Karangawen Demak." (Skripsi, Universitas Semarang, 2021).

4. Membangun nilai-nilai keberagamaan.

Individu menyadari akan tujuan hidup yang sebagaimana ia diciptakan oleh tuhan yang maha kuasa dan menjadikan nilai-nilai atau ajaran agama sebagai pedoman tuntunan dalam hidupnya agar dapat bermakna.

5. Dapat menyetarakan antara kepentingan diri dengan kepentingan komunitas.

Dalam hal ini mempertimbangkan bagi kepentingan komunitas atau kelompok sangatlah penting dilakukan, agar individu tidak harus selalu mengutamakan egoisitas pribadi. Dengan hal itu, maka antara kepentingan individu dan kepentingan kelompok dapat setara.

6. Mampu melakukan kontrol diri setepat mungkin terhadap adanya motivasi dalam dirinya.

Individu mampu dalam mengontrol keadaan dirinya terhadap stimulus dengan kesadaran penuh mengenai sisi baik dan buruknya stimulus tersebut pada dirinya.<sup>6</sup>

**d. Faktor Pembentuk *Self-Awareness***

Menurut Soedarsono ada beberapa faktor dalam pembentukan *self-awareness* atau kesadaran diri pada seseorang:

1) Sistem Nilai (*value system*)

Prinsip pada unsur pembentukan kesadaran diri ini berfokus pada hal non material yang berkaitan dengan unsur kejiwaan (ruhani). Salah satu hal yang dapat membuat terwujudnya sistem nilai ialah dapat dilakukan dengan cara merenungi kesalahan yang pernah dibuatnya dan menemukan hikmah setelahnya, keinginan untuk berbuat baik kepada orang lain dan mengharapkan balasan, dan ketaatan mereka dalam beribadah.<sup>7</sup> Pada system nilai terdapat 3 komponen yang diantaranya:

a. Refleksi Nurani

Lebih identik dengan evaluasi diri yaitu cara seseorang melihat hal-hal yang pernah dilakukan dengan

---

<sup>6</sup> R ADINDA, "Self Awareness: Kesadaran Diri Dalam Memahami Kemampuan Diri," Gramedia Blog, 2022, <https://www.gramedia.com/best-seller/self-awareness-kesadaran-diri/>.

<sup>7</sup> Siti Nurrokhmah, "Kesadaran Diri Untuk Sembuh Pada Remaja Pengguna Narkoba Di Pondok Pesantren Bidayatussalikin," *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2019): 87.

menganalisis dan menilai diri baik melalui data sumber yang diperoleh maupun dari lingkungan sekitar.

b. Harga Diri

Wujud penghargaan dan penghormatan diri yang dapat diartikan halnya dengan harkat atau derajat, martabat, pangkat, maupun gengsi yang dimiliki pribadi dan telah diakui orang lain.

c. Takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa

Melakukan pencapaian kesadaran diri dengan jalan ruhani diantaranya ialah dapat ditempuh dengan cara bertaqwa kepada tuhan YME. Sebagaimana ketaqwaan dijadikan sebagai proteksi diri yang senantiasa dapat membuat kita berhati-hati atas diri sendiri serta bagaimana kesadaran dan bawah sadar dapat senantiasa dilatih dalam menghasilkan pengembangan kepribadian, nilai, keterampilan, serta pengelolaan emosi.<sup>8</sup>

2) Cara Pandang (attitude)

Unsur yang dapat terwujudnya kesadaran diri salah satunya ialah *attitude*. Terdapat dua komponen yang dapat menjadi faktor pembentuk yaitu kebersamaan dan kecerdasan. Berikut mengenai penjelasannya:

a. Kebersamaan

Karena manusia sebagai makhluk sosial, maka perlu menanamkan nilai-nilai dan unsur kebersamaan dan bermasyarakat. Unsur dan nilai-nilai kebersamaan dalam pembentukan kesadaran diri perlu dilakukan dengan membangun hubungan dengan diri sendiri yang baik. Terdapat dua buah unsur dalam pembentuk kesadaran diri mengenai kebersamaan yang dilakukan oleh diri sendiri, adapun diantaranya yaitu penilaian orang lain terhadap kelebihan dan kekurangan diri, dan keteladanan dari orang lain. Dengan itu, maka unsur dalam hal interaksi dengan orang lain maka akan terjalin di masyarakat dan penilaian orang lain terhadap diri tentunya berpengaruh dalam terwujudnya kesadaran diri seseorang.

---

<sup>8</sup> Setiadi Ihsan, "Taqwa Dimulai Dari Self Awareness," Kompasiana, 1 Januari, 2021, [https://www.kompasiana.com/udilahyaw/61cf389406310e58627519c2/taqwa-dimulai-dari-self-awareness?page=1&page\\_images=1](https://www.kompasiana.com/udilahyaw/61cf389406310e58627519c2/taqwa-dimulai-dari-self-awareness?page=1&page_images=1).

b. Kecerdasan

Tanda individu memiliki kecerdasan hidup dapat dilihat dari sisi rasa kepercayaan diri dalam memegang prinsip, serta dengan dimilikinya sikap kemandirian yang kokoh dan mempunyai visi yang lebih mengutamakan kepentingan umum daripada lebih mengutamakan kepentingan pribadi. Dengan dimilikinya sikap pandang yang baik dalam diri, maka masyarakat akan memandangnya sebagai pribadi yang dapat menjalankan fungsi yang seharusnya dilakukan dari hakikat penciptaan manusia di bumi, selayaknya makhluk sosial yang memiliki akal budi, dan intuisi yang khas. Selain itu kecerdasan dalam menerima kritik dan saran sebagai masukan yang dapat membangun juga merupakan faktor yang dapat membentuk kesadaran diri seseorang.<sup>9</sup>

c. Perilaku (behavior)

Dalam hal ini apabila individu memiliki perilaku yang baik maka ia dapat dikatakan memiliki kesadaran diri seperti halnya:

1) Keramahan yang Tulus dan Santun

Individu dapat dikatakan pribadi yang sadar terhadap dirinya jika ia memiliki sikap yang baik (ramah) terhadap orang lain. Individu yang memiliki sikap keramahan tulus dan santun, tentunya ia akan merasakan kedamaian, empati dan sikap penghormatan serta penghargaan dari orang lain.

2) Ulet dan Tangguh

Unsur agar dapat terwujudnya kesadaran diri pada sikap ulet dan tangguh dapat diartikan halnya dengan dimilikinya sikap yang tidak mudah putus asa dalam hal berusaha, tangkas lincah dan cekatan.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup> Siti Nurrokhmah, "Kesadaran Diri Untuk Sembuh Pada Remaja Pengguna Narkoba Di Pondok Pesantren Bidayatussalikin," *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2019): 87.

<sup>10</sup> Malikhah, "Kesadaran Diri Proses Pembentukan Karakter Islam ," *Jurnal Al-Ulum* 13, no. 1 (2013): 132–35.

## 2. Kecanduan *Game Online*

### a. Pengertian Kecanduan *Game Online*

Menurut Young kecanduan *game online* adalah seorang pemain dengan adanya keterikatan terhadap *game*.<sup>11</sup> Pemain *game online* akan selalu berpikiran tentang *game* ketika sedang offline dan sering kali berimajinasi terhadap *game* pada saat walaupun sedang berkonsentrasi pada kegiatan lainnya. Pemain *game online* yang telah kecanduan dalam bermain akan memfokuskan diri pada bermain *game* dan seolah hal lainnya akan menjadi terabaikan seperti halnya pada tanggung jawab tugas dari sekolah, ketika sedang dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah atau KBM, dan lainnya.

Bagi pemain *game online*, tak jarang bahwa seorang pemain telah memprioritaskan bermain *game* menjadi bagian aktivitas dalam hidupnya. Menurut pendapat Weinstein mengemukakan bahwa “pemain dengan kecanduan penggunaan berlebih terhadap *game online* dapat mengganggu seseorang dalam beraktivitas terhadap kehidupannya sehari-hari”. Individu yang telah kecanduan dalam *game online* dengan berlebih, ia akan menjauhkan diri dari kontak sosial dengan yang lainnya, dan lebih memfokuskan terhadap pencapaian *game online* sehingga hal-hal lainnya menjadi terabaikan.

Berdasarkan berbagai penjelasan di atas, kecanduan *game online* dapat diartikan sebagai kondisi pemain yang merasakan keterikatan dengan memainkan *game online* secara berlebihan tanpa adanya batasan waktu dalam hal bermain, sehingga dapat mengakibatkan masalah mental dan sosial.

### b. Aspek-Aspek Kecanduan *Game online*

Chen dan Chang (2008) menyebutkan ada empat jenis aspek kecanduan *game online*. Keempat aspek tersebut yaitu:

1) *Compulsion* (kompulsif atau dorongan agar melakukan secara terus-menerus)

Merupakan nafsu keinginan dari pengguna atau pemain agar terus menerus bermain *game online* secara berlebihan sehingga mengakibatkan kecanduan bagi penggunaannya.

---

<sup>11</sup> Siti Nurrokhmah, “Kesadaran Diri Untuk Sembuh Pada Remaja Pengguna Narkoba Di Pondok Pesantren Bidayatussalikin,” *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2019): 87.

2) *Withdrawal* (Penarikan Diri)

Merupakan cara orang yang telah kecanduan bermain *game online* merasa dirinya tidak mampu jika harus meninggalkan atau menjauhkan dari bermain *game online*.

3) *Tolerance* (Toleransi)

Toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri dalam melakukan suatu aktivitas. Pemain akan dalam menghabiskan waktunya digunakan untuk bermain *game online* secara berlebihan tanpa adanya batasan-batasan waktu yang seharusnya dilakukan, dan pemain juga tidak akan merasa puas dalam bermain *game online* walaupun waktu yang digunakan untuk bermain *game* sudah cukup banyak dalam aktivitas kesehariannya.

4) *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

Pada poin ini berkaitan dengan halnya interaksi dengan orang lain dan masalah kesehatan pemain atau pengguna. Pengguna atau pemain yang lebih asik dan mementingkan beraktivitas didunia maya dengan cara bermain *game* dari pada harus memedulikan hubungan interpersonal atau interaksi terhadap orang lain. Selain itu kurangnya perhatian terhadap kesehatan pengguna seperti pola makan tidak teratur, jam tidur yang kurang dan sebagainya.<sup>12</sup>

Berdasarkan uraian mengenai aspek-aspek kecanduan *game online* di atas dapat disimpulkan bahwa aspek kecanduan *game online* terbagi menjadi empat yaitu: kompulsif atau dorongan agar melakukan secara terus-menerus, penarikan diri, toleransi, dan masalah pada hubungan interpersonal dan kesehatan.

**c. Ciri-Ciri Orang Yang Kecanduan *Game Online***

Berdasarkan dari ciri-cirinya, seseorang yang telah kecanduan *game online* dapat dilihat dengan kondisi sebagai berikut :

1. Orang yang telah kecanduan *game online* biasanya dapat diukur dari frekuensi bermainnya, selain itu durasinya juga telah semakin meningkat dari hari ke hari.

---

<sup>12</sup> Rahmi Kurniawati dan Harmaini, "Kecanduan Game Online Dan Empati Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 16, no. 1 (2020): 70.

2. Cenderung akan memprioritaskan *game* daripada aktivitas lainnya. Bahkan untuk aktivitas penting seperti tidur dan makan pun akan dapat terlupakan.
3. Meskipun pemain *game* telah menyadari jika dampak negatifnya telah dirasakan, namun mereka tetap saja mengabaikannya dan tetap melanjutkan bermain. Misalnya ia mengetahui dampak terhadap gangguan kesehatan, baik itu mata terasa perih, dapat membuat tangan menjadi kram, sakit punggung, gangguan penglihatan, dan sebagainya. Namun jika sudah kecanduan, pemain akan tetap saja tidak memperdulikannya dan tetap akan melanjutkan permainan.
4. Ketika pemain *game* diminta berhenti bermain *game* sebentar atau bahkan dilarang, ia akan mudah marah dan tersinggung.
5. Pecandu akan selalu berimajinasi terhadap *game* yang telah dimainkannya walaupun sedang harus berfokus pada kegiatan lain. Selain itu, dalam menyelesaikan kegiatannya di dunia nyata lebih cenderung ingin cepat terselesaikannya agar dapat melanjutkan bermain *game* kembali secepatnya.<sup>13</sup>

#### **d. aktor Penyebab Bermain Game Online**

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi bermain *game online* yang dapat menyebabkan adiksi diantaranya:

1. Adanya rasa penasaran ingin memainkan *game online*.
2. Tidak ada atau kurangnya aktivitas sehari-hari.
3. Sedang mengalami depresi maupun stress.
4. Menghilangkan perasaan jenuh ketika sedang dalam tidak ada kegiatan, baik ketika sedang dirumah maupun sekolah.
5. Pengaruh dari lingkungan, karena melihat teman-teman yang terlihat asik bermain *game online*.<sup>14</sup>

#### **e. Dampak Bermain Game Online**

Dengan bermain *game online* dapat memberikan dampak positif apabila seorang pemain memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi, sehingga seorang pemain akan dapat mengontrol

---

<sup>13</sup> Emy Yunita Rahma Pratiwi, dkk., *Positif Negatif Game Online Pengaruh Fenomena Game Online Terhadap Prestasi Belajar*, ed. Sri Widoyoningrum (Jombang: LPPM UNHAS Y Tebuireng Jombang, 2019), 44-46.

<sup>14</sup> Jubaidah Hasibuan dan Aisyah Anggreni, "Fenomena Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Desa Deli Tua Kecamatan Namorambe," *Jurnal Program Studi Pendidikan Masyarakat* 3, no. 1 (2022): 22–23.

dirinya dengan baik. Sebaliknya apabila seorang pemain memiliki tingkat kesadaran diri yang rendah maka akan memberikan dampak negatif pada dirinya.

Adapun berikut mengenai dampak positif dan negatif yang dapat ditimbulkan akibat dari bermain *game online* diantaranya:

Dampak positif:

- 1) Mampu mengurangi perasaan stress.
- 2) Dapat meningkatkan konsentrasi.
- 3) Membuat pengguna merasa nyaman dan damai,
- 4) serta dapat mengurangi ketegangan saraf.

Dampak Negatif:

- 1) Dapat membuat mata terasa perih.
- 2) kaku leher dan otot.
- 3) Tangan menjadi keram.
- 4) Gangguan atau Sulit tidur.
- 5) Tidak peduli dengan orang sekitar.
- 6) Serta dapat membuat pemainnya akan malas belajar.<sup>15</sup>

## B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu digunakan oleh penulis dalam mendapatkan berbagai bahan rujukan yang dapat menjadikan landasan teori ilmiah, selain itu penelitian terdahulu juga memiliki peranan penting sebagai bahan pertimbangan untuk menghindari plagiat maupun kesamaan dalam penulisan skripsi ini. Berikut ini merupakan penelitian terdahulu yang dapat dijadikan kajian Pustaka dalam penulisan skripsi ini diantaranya:

*Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Ila Syafa'ati Aulia dengan judul "Hubungan Antara Syukur Dengan *Self-Awareness* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Uin Walisongo Semarang". Hasil kesimpulan dari penelitian yang dilakukan Ila syafa'ati Aulia tersebut ialah terdapat hubungan signifikan antara syukur dengan *self awarenes* yang dibuktikan berdasarkan perolehan nilai sig pada uji korelasi antar kedua variabel dengan perolehan nilai sebesar 0,000, sedangkan nilai 0,000 merupakan nilai  $< 0,05$ . Selain itu hubungan kedua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang kuat jika nilai korelasi mendekati

---

<sup>15</sup> Rahmi Kurniawati dan Harmaini, "Kecanduan Game Online Dan Empati Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 16, no. 1 (2020): 68–71.

1,000. Sedangkan hasil nilai korelasi dari *Pearson* yang telah diperoleh ialah sebesar 0,772 yang berarti mendekati pada angka 1,000. Karena nilai *Pearson Correlation* yang diperoleh bernilai positif, sehingga dapat diartikan bahwa hubungan kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif. Adapun kesimpulannya yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan pada variabel syukur dengan *self-awareness* yang pada mahasiswa tingkat akhir fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.<sup>16</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Ila Syafa'ati Aulia telah memiliki persamaan pada penelitian ini diantaranya ialah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel X dengan variabel Y ataukah tidak, sedangkan hasilnya ialah terdapat pengaruh yang positif antara variabel X terhadap variabel Y yang dapat dilihat dari nilai t-hitung yang telah bernilai positif, selain itu responden yang akan dijadikan objek atau sasaran sebagai penelitian ialah anak pelajar yang sama-sama diuji mengenai tingkat *self-awareness* atau kesadaran dirinya. Kemudian mengenai perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini diantaranya ialah pada variabel *self-awareness*. Pada penelitian terdahulu, variabel *self-awareness* telah menjadi indikator sebagai variabel dependen, sebagaimana pada variabel dependen sendiri telah dipengaruhi oleh adanya variabel independen. Namun sebaliknya, dalam penelitian ini bahwa *self-awareness* telah menjadi indikator sebagai variabel independen, dimana variabel tersebut telah mempengaruhi variabel dependen. Selain itu mengenai tingkat tinggi atau rendahnya *self-awareness* pada penelitian terdahulu berkaitan dengan pengaruh terhadap pengerjaan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Sedangkan, tingkat *self-awareness* dalam penelitian ini berkaitan terhadap pengaruh kecanduan *game online* yang telah dimainkan oleh anak-anak.

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Hafizan Ikhwan yang berjudul “Hubungan antara *Self-Control* dengan kecanduan *Game Online* Pada Siswa SMP N 17 Pekanbaru”. Adapun kesimpulannya ialah terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan kecanduan *game online* pada siswa SMPN 17 Pekanbaru. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan hasil data yang didapat dari perolehan nilai korelasi *product moment* yang diperoleh dihitung sebesar -0,493 dengan nilai sig perolehan sebesar  $0,000 < 0,05$  yang memiliki arti bahwa semakin

---

<sup>16</sup> Ila Syafa'ati Aulia, “Hubungan Antara Syukur Dengan Self Awareness Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Uin Walisongo Semarang.” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2022).

tinggi tingkat *self control* pada siswa, maka tingkat kecanduan *game online* pada siswa Smpn 17 Pekanbaru akan semakin rendah.<sup>17</sup> Pada penelitian yang dilakukan oleh Hafizan Ihwan tersebut memiliki kesamaan terhadap penelitian ini yang diantaranya: pada variabel kecanduan *game online* sama-sama sebagai variabel dependen yaitu variabel yang telah dipengaruhi oleh adanya variabel independen, selain itu yang terdapat pada pembahasan penelitian terdahulu bahwa variabel bebas (X) atau *self control* berkaitan dengan variabel bebas (X) dalam penelitian ini yaitu *self-awareness*. Sehingga terdapat persamaan pada inti dalam pembahasan kedua penelitian tersebut yaitu tentang melakukan pengontrolan diri seorang individu terhadap bermain *game online*, dimana ketika seorang individu tidak bisa mengontrol keadaan dirinya dalam bermain *game online*, maka seorang individu tersebut sangat berakibat pada kecanduan *game online*, begitu pun sebaliknya jika individu memiliki kontrol diri atau dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* maka besar kemungkinan individu tersebut dapat terhindar dari kecanduan dalam bermain *game online*.<sup>18</sup> Selain adanya persamaan, ada juga perbedaan mengenai penelitian yang dilakukan pada kedua penelitian tersebut diantaranya pada penelitian Hafiza Ikhwan yang dilakukan di ruang lingkup sebuah instansi atau lembaga pendidikan, yang sarasannya hanya tertuju pada kategori anak SMP saja yaitu yang dilakukan di SMP N 17 Pekanbaru. Sedangkan dalam penelitian ini dilakukan di ranah masyarakat yang menjadi sarasannya ialah anak-anak yang tidak hanya tertuju pada kategori anak SMP saja, namun dari kategori tingkat SD hingga anak SMA yang dilakukan di Desa Sengonbugel Kabupaten Jepara.

*Ketiga*, penelitian yang dilakukan Nanda Anisa dengan judul “Pengaruh Penggunaan Game Online Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X IPS Pada Pembelajaran Ekonomi Disekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar”. Adapun mengenai hasil penelitian yang dilakukan oleh Nanda Anisa diantaranya ialah, bahwa pengaruh dari penggunaan *game online* siswa di SMA Negeri 1 Kampar berkategori tinggi yaitu 67,95%. Selain itu mengenai perolehan hasil belajar juga dikategorikan baik yakni 78,23%, hal ini menunjukkan bahwa terdapat

---

<sup>17</sup> Hafizan Ikhwan, “Hubungan Antara Self Control Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa Smpn 17 Pekanbaru,” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021).

<sup>18</sup> Lukman dan Faradilla Firdaus, “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Pemain PUBG,” *Pinisi journal of art, humanity and social studies* 1, no. 6 (2021): 79.

korelasi yang signifikan antara *game online* dengan hasil belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi di SMA Negeri 1 Kampar. Berdasarkan dari koefisien korelasi, hasilnya telah memperoleh nilai yang negatif sebesar sebesar 0,641 yang lebih besar dari  $r_{table}$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat bermain *game online* pada siswa, maka tingkat hasil belajar siswa pada mata pelajaran Ekonomi akan semakin rendah atau sebaliknya semakin rendahnya tingkat bermain *game online* pada siswa, maka tingkat hasil belajar pada siswa mata pelajaran Ekonomi akan semakin tinggi.<sup>19</sup> Berdasarkan hasil dari perolehan koefisien korelasi pada penelitian terdahulu di atas memiliki kesamaan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu didalamnya memuat pembahasan mengenai dampak positif dan negatif yang diakibatkan dari *game online* terhadap pelajar dan faktor penyebab yang menjadikan timbulnya seorang individu tersebut bermain *game online*. Selain adanya persamaan pada kedua penelitian tersebut, adapun perbedaannya yaitu pada hasil korelasi yang diperoleh pada penelitian yang dilakukan Nanda Anisa memperoleh hasil skor atau nilai yang bernilai negatif dan signifikan, sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti kali ini memperoleh hasil yang positif dan signifikan. Selain itu mengenai perbedaan lainnya ialah pada latar belakang masalah penelitian yang ditulis oleh Nanda Anisa terfokus untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Sedangkan pada penelitian ini, bahwa latar belakang masalah terfokus untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat.

### C. Kerangka Berpikir

*Self-awareness* atau kesadaran diri mempunyai hubungan erat pada pemahaman diri dan pengontrolan perilaku seseorang. *Self-awareness* dapat menentukan apakah seseorang dapat memahami terhadap situasi yang ada disekitar yang meliputi perasaan, pikiran, serta penilaian terhadap dirinya dan bagaimana seseorang dalam menyikapi terhadap keadaan dirinya tersebut. Seseorang dengan memiliki *self-awareness* yang tinggi tentunya akan mampu dalam mengontrol keadaan dirinya karena individu mampu dalam menyampaikan berbagai hal yang ada pada dirinya meliputi pendapat ketika mengatasi suatu permasalahan, perasaan yang sedang dialami,

---

<sup>19</sup> Nanda Anisa, "Pengaruh Penggunaan Game Online Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X IPS Pada Pembelajaran Ekonomi Disekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar." (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2020).

serta kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya yang nantinya akan membuat anak lebih percaya diri dan mampu berfikir sebelum bertindak.<sup>20</sup>

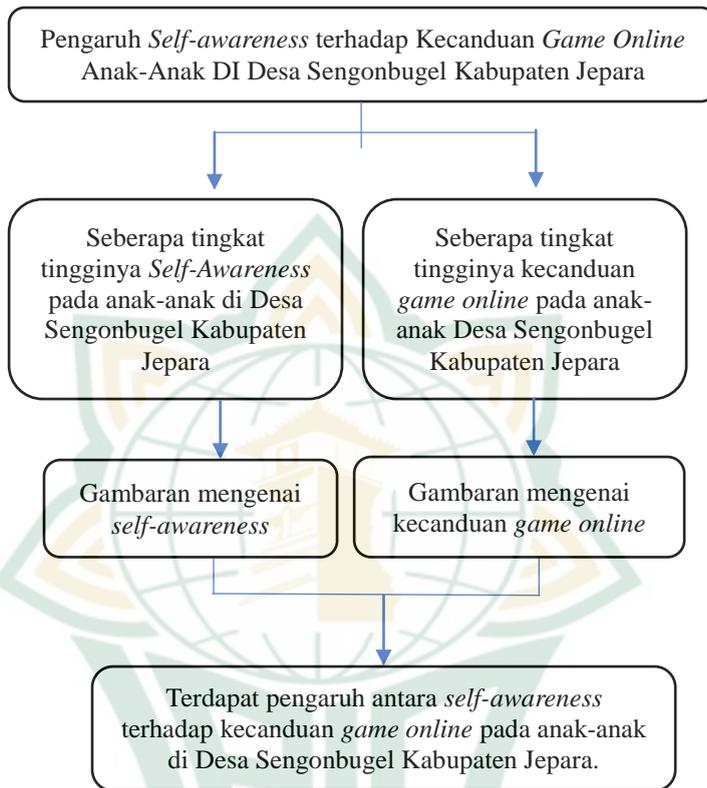
Kaitannya dengan bermain *game online*, apabila seorang pemain game memiliki tingkat *self-awareness* atau kesadaran diri yang tinggi maka tentunya ia dapat memahami terhadap batasan-batasan dalam bermain game dan ia akan lebih dapat mengontrol keadaan dirinya dalam bermain game agar tidak berlebihan dalam bermain, sehingga seorang pemain game tersebut tidak mengakibatkan kecanduan dalam bermain *game online*. Sebaliknya apabila seseorang memiliki tingkat *self-awareness* yang rendah maka sangat rentan dapat menyebabkan seseorang tersebut menjadi kecanduan dalam bermain game, karena ia mengalami kesulitan dalam mengontrol dan memahami keadaan dirinya, sehingga ia tidak mampu dalam membatasi dirinya ketika bermain game terlebih ketika ia tidak mengetahui terhadap dampak yang diakibatkan dari bermain *game online* maka yang diakibatkan oleh seorang pemain tersebut ialah akan berlebihan dalam memainkan *game online*, dengan hal tersebut secara tidak sadar pemain game tersebut telah menjadi kecanduan dalam bermain *game online*.

Berikut ini merupakan serangkaian kerangka berpikir yang telah dibuat peneliti berdasarkan dari penjelasan yang diuraikan di atas yaitu mengenai pengaruh *self-awareness* terhadap kecanduan *game online* anak-anak di Desa Sengonbugel Kabupaten Jepara dapat dilihat pada gambar 2.1. berikut ini:

---

<sup>20</sup> Ruzika Hafizha, "Profil Self-Awareness Remaja," *Journal of Education and Counseling* 2, no. 1 (2021): 160.

**Gambar 2.1. Kerangka Berpikir Pengaruh *Self-Awareness* Terhadap Kecanduan *Game Online***



#### D. Hipotesis

Menurut F.N. Kerlinger sebagaimana yang dikutip dari Ridhahani, bahwa hipotesis adalah kesimpulan yang sifatnya sementara mengenai pengaruh antar dua variabel atau lebih.<sup>21</sup> Adapun menurut Sugiyono bahwa hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara dari seorang peneliti terhadap rumusan masalah yang didalamnya berupa kalimat-kalimat pertanyaan.<sup>22</sup> Sedangkan menurut Lolang hipotesis adalah pernyataan yang bersifat dugaan sementara

<sup>21</sup> Ridhahani, *Metodologi Penelitian Dasar Bagi Mahasiswa Dan Peneliti Pemula*, ed. Ahmad Juhaidi (Banjarmasin: Pascasarjana Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 2020),

<sup>22</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015) 64.

dalam memprediksi suatu hal yang dianggapnya benar.<sup>23</sup> Berdasarkan dari beberapa pengertian tentang hipotesis di atas peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis adalah prediksi atau dugaan yang bersifat sementara mengenai benar atau salahnya terhadap suatu permasalahan penelitian.

Adapun hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti dalam melakukan penelitian ini yaitu:

Hipotesis Alternatif (Ha) : Adanya pengaruh positif dan signifikan antara *self-awareness* dengan kecanduan *game online* anak-anak di Desa Sengonbugel Kabupaten Jepara.



---

<sup>23</sup> Enos Lolang, "Hipotesis Nol Dan Hipotesis Alternatif." *Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan* 3, no. 3 (2014): 685.