

**PENGARUH INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE*
TERHADAP REGULASI EMOSI PESERTA DIDIK
DI MAN 3 BANJARMASIN**

SKRIPSI

**OLEH
MAHRITA**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2024/1445 H**

**PENGARUH INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE*
TERHADAP REGULASI EMOSI PESERTA DIDIK
DI MAN 3 BANJARMASIN**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh

Mahrifa

NIM. 200101060586

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
BANJARMASIN
2024 M/1445 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mahrta
NIM : 200101060586
Tempat/Tanggal Lahir : Binuang, 28 Maret 2002
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, “Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Regulasi Emosi Peserta Didik di MAN 3 Banjarmasin” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 29 Februari 2024

Yang membuat pernyataan,

A 5000 Rupiah Indonesian postage stamp is placed over the signature. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '5000', 'REPUBLIK INDONESIA', and 'METERAL TEMPEL'. The serial number '11ALX09739458' is visible at the bottom of the stamp.

Mahrta



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani KM. 4,5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3253939 Faksimile (0511) 3274492
Email: bkpi@uin-antasari.ac.id Web: <http://tk.iain-antasari.ac.id>

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI
Nomor: 42/Un.14/III.1.w/PP.00.9/3/2024

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Mahrita
NIM : 200101060586
Program : S-1
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Judul Skripsi:

Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* terhadap Regulasi Emosi Peserta Didik di MAN 3 Banjarmasin

Hasil Uji Plagiasi: 10 %

Berdasarkan hasil uji plagiasi dengan menggunakan www.turnitin.com bahwa naskah skripsi ini dinyatakan memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 8 Maret 2024

Ketua Program Studi

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Rachmanatul Janah, M.Pd
196912011994032005

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Regulasi Emosi Peserta Didik Di MAN 3 Banjarmasin

Ditulis oleh : Mahrita

NIM : 200101060586

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Program : Strata Satu (S1)

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Tahun Akademik : 2023/2024

Tempat, dan tanggal lahir : Binuang, 28 Maret 2002

Alamat : Jl. Jodipati Blok J No. 28 RT 09 RW 03 Ds. Ayanipura Kec. Binuang Kab. Tapin

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 29 Februari 2024
Pembimbing



Mufida Istati, M.Pd
NIP.198907212015032002

Mengetahui
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,



Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd
NIP.196912011994032005

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Regulasi Emosi Peserta Didik Di MAN 3 Banjarmasin.

Mahrita, NIM. 200101060586, telah diujikan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 20 Maret 2024

Nilai : 81,4 (A)



Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,

Dr. H. Hamdan, M. Pd
NIP. 196604051993031005

TIM PENGUJI:

No.	Nama	Tanda Tangan
1	Dr. H. Hidayat Ma'ruf, M.Pd Ketua	1.
2	Widiya Aris Radiani, S.Psi, M.Psi, Psikolog Anggota	2.
3	Mufida Istati, M.Pd Anggota	3.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا

مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah swt. Tuhan seru sekalian alam. Salawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad saw., yang telah menunjukkan kepada manusia jalan keselamatan di dunia dan di akhirat.

Penulis menyadari dengan sepenuhnya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan semua pihak, baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa berat ini dapat diselesaikan.

Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dimaksud. Khususnya, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Hamdan, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd., dan Ibu Nurul Rahmi, M.Pd., selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, yang memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada

program studi.

3. Ibu Mufida Istati, M.Pd., selaku dosen pembimbing akademik sekaligus pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan, ilmu, dan arahan yang luar biasa.
4. Para Dosen, karyawan dan karyawan, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan ilmu yang luar biasa dan layanan baik kepada penulis selama penulis berstudi.
5. Bapak Dr. Saifudin, M.Ag. selaku kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan pelayanan yang baik kepada penulis dalam mendapatkan tempat ternyaman dalam mengerjakan skripsi.
6. Ibu Dra. HJ. Nana Mairi, M.Pd selaku kepala MAN 3 Banjarmasin yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
7. Bapak Huderu, S.Pd, MM, Bapak Abdul Gani, S.Pd, Ibu Rica Shalehah, S.Pd, Ibu Siti Rahmah, S.Pd, dan Ibu Norlaila, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling yang telah membantu kelancaran penulis dalam melakukan penelitian.
8. Kedua orang tua yang sangat luar biasa, Ibu Lamyatun dan Bapak Agung Subandrio, serta kedua kakak tersayang Afri Setia Budi dan Noer Khasanah. Terima kasih atas kasih sayang, do'a, semangat dan motivasi, juga tak lupa nasihat yang terus diberikan untuk mendorong penulis agar menjadi pribadi yang lebih baik lagi kedepannya.
9. Teman seperjuangan dan kakak-kakak tercinta, terima kasih sudah saling support ketika salah satu dari kita mulai lelah dan ingin menyerah, semoga apa

yang kita perjuangkan dipermudah oleh Allah SWT dan dapat bermanfaat untuk kedepannya, Aamiin.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia – Nya kepada mereka dan mencatatnya sebagai kebaikan dengan pahala yangberlipat ganda, Aamiin. Penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah di sisi- Nya.

Banjarmasin, 28 Rajab 1445 H

09 Februari 2024

Penulis

TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

A. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal:

No.	Arab	Indonesia	No.	Arab	Indonesia
1	ا	A	16	ط	Th
2	ب	B	17	ظ	Zh
3	ت	T	18	ع	'
4	ث	Ts	19	غ	Gh
5	ج	J	20	ف	F
6	ح	H	21	ق	Q
7	خ	Kh	22	ك	K
8	د	D	23	ل	L
9	ذ	Dz	24	م	M

10	ر	R	25	ن	N
11	ز	Z	26	و	W
12	س	S	27	هـ	H
13	ش	Sy'	28	ء	'
14	ص	Sh	29	ي	Y
15	ض	Dh			

Tunggal atau monoftong vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
َ	A	Fathah
ِ	I	Kasrah
ُ	U	Dammah

B. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...يَ	Fathah dan ya	Ai	a dan i
...وَ	Fathah dan wau	Au	a dan u

C. Vokal Panjang

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...أ...ي...	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
...يِ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
...وُ	Dammah dan wau	Ū	u dan garis di atas
Contoh	<ul style="list-style-type: none"> - قَالَ qāla - رَمَى ramā - قِيلَ qīla - يَقُولُ yaqūlu 		

D. Kata Sandang

Kata sandang, yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf /1/, baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf kamariah. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

E. Syiddah (*Tasydid*)

Syiddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syiddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syiddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. *Ta Marbūthah*

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf *ta marbuthah* terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /h/. hal

yang sama juga berlaku jika *ta marbutah* tersebut diikuti oleh kata sifat. Namun, jika huruf *ta marbutah* tersebut diikuti kata benda, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /t/.

No	Kata Arab	Alih Aksara
1	رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ	raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
2	الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ	al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
3	طَلْحَةَ	Thalhah

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khuẓu
- شَيْءٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri, dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya. Contoh al-Ghazali, al-Banjari buka Al-Banjari.

Beberapa ketentuan lain dalam pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI) sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya ketentuan mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (*bold*). Jika menurut PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

I. Cara Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik kata kerja (*fi'l*), kata benda (*ism*), maupun huruf (*harf*) ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- **وَ إِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ** Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
- **بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا** Bismillāhi majrehā wa mursāhā

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
BUKTI BEBAS PLAGIASI	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
TRANSLITERASI.....	x
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	8
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Signifikansi Penelitian.....	9
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	10
G. Hipotesis Penelitian.....	14
H. Sistematika Penulisan.....	15
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR	17
A. Kajian Teori	17
1. Pengertian Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	17
2. Aspek-aspek Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	19
3. Pengertian <i>Game Online</i>	20
4. Teori-teori Permainan	21
5. Jenis-jenis <i>Game Online</i>	23
6. Dampak penggunaan <i>Game Online</i>	24
7. Pengertian Regulasi Emosi	30
8. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	32
9. Faktor-Faktor Regulasi Emosi	33
10. Bentuk-bentuk Regulasi Emosi.....	35
11. Teori-teori Regulasi Emosi	36
12. Jenis-jenis Regulasi Emosi.....	39
B. Kerangka Pikir	44
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	45
B. Desain Penelitian.....	46

C. Lokasi Penelitian	47
D. Populasi dan Sampel	47
E. Data dan Sumber Data	49
F. Teknik Pengumpulan Data	50
G. Instrumen Penelitian	50
H. Teknik Analisis Data	55
I. Teknik Analisis Data	55
J. Teknik Validitas dan Keabsahan Data	55
 BAB 1V HASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Hasil Penelitian	64
B. Penyajian Data	69
C. Pembahasan	89
 BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	98
B. Saran	100
 DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN-LAMPIRAN	104
DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS	141

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
3.1 Jumlah Responden Kelas X MAN 3 Banjarmasin.....	48
3.2 Kriteria Skor Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	52
3.3 <i>Tryout Blue Print</i> Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	53
3.4 <i>Blue Print</i> Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	53
3.5 <i>Tryout Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi	54
3.6 <i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi	55
4.1 Tenaga Pendidik dan Kependidikan MAN 3 Banjarmasin	67
4.2 Data Jumlah Peserta Didik MAN 3 Banjarmasin	68
4.3 <i>Tryout Uji Validitas</i> Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	70
4.4 <i>Tryout Uji Validitas</i> Skala Regulasi Emosi	71
4.5 <i>Tryout Uji Reliabilitas</i> Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	72
4.6 <i>Tryout Uji Reliabilitas</i> Skala Regulasi Emosi.....	72
4.7 Hasil Uji Analisis Deskriptif	73
4.8 Kategorisasi Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	74
4.9 Kategorisasi Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Aspek Frekuensi	75
4.10 Kategorisasi Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Aspek Lama Waktu	76
4.11 Perbandingan Mean Empiris Aspek Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	77
4.12 Kategorisasi Skala Regulasi Emosi.....	78
4.13 Kategorisasi Skala Regulasi Emosi Aspek Memonitor Emosi	79
4.14 Kategorisasi Skala Regulasi Emosi Aspek Mengevaluasi Emosi.....	80
4.15 Kategorisasi Skala Regulasi Emosi Aspek Memodifikasi Emosi.....	81
4.16 Perbandingan Mean Empiris Aspek Regulasi Emosi	82
4.17 Hasil Uji Normalitas	83
4.18 Hasil Uji Homogenitas	84
4.19 Hasil Uji Linearitas	85
4.20 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana.....	85
4.21 Uji Parsial (Uji – T).....	87
4.22 Koefisien Determinasi.....	88

DAFTAR GAMBAR

No.	Halaman
2.1 Gambar kerangka pikir	44
31. Gambar peta lokasi MAN 3 Banjarmasin	47

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1.1 Daftar Terjemah dan Transliterasi	105
2.1 Angket Observasi	106
3.1 Instrumen Penelitian.....	107
3.2 Tabel Data Peserta Didik MAN 3 Banjarmasin	111
3.3 Sarana dan Prasarana MAN 3 Banjarmasin	112
4.1 Tabulasi Skor Jawaban Kuesioner Observasi	114
4.2 Tabulasi Skor Jawaban Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	115
4.3 Tabulasi Skor Jawaban Skala Regulasi Emosi.....	119
4.4 Uji Validitas Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	122
4.5 Uji Validitas Skala Regulasi Emosi	124
4.6 Uji Reliabilitas Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	124
4.7 Uji reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	125
4.8 Uji Deskriptif	126
4.9 Uji Normalitas	129
4.10 Uji Homogenitas	129
4.11 Uji Linearitas	129
4.12 Uji Analisis Regresi Linear Sederhana	130
4.13 Koefisien Determinasi	130
4.14 Uji Parsial (Uji – T)	130
4.1 Dokumentasi Penelitian	131
5.1 SK Pembimbing	133
5.2 Berita Acara Seminar Proposal	134
5.3 Catatan Seminar Proposal	135
5.4 Surat Izin Riset	136
5.5 Surat Keterangan Selesai Riset	137
5.6 Catatan Konsultasi Skripsi	138
5.7 Daftar Riwayat Hidup Penulis	141