

Agresivitas Ditinjau dari Konsep Diri dan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa dengan Kecanduan *Game Online*

Mujidin^{1*}, Husnul Khotimah Rustam², Raja Adelia Patriani³

^{1,3}Universitas Ahmad Dahlan

²Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

E-mail korespondensi: ^{1*}mujidin.230760@gmail.com

Keywords: *aggressive, self-concept, social adjustment*

Abstract

Game addiction makes most parties nervous and the target is mostly students. Students become addicted to playing games and respond to the surrounding environment more aggressively. To synchronize student game addiction, this study is here to examine the effect of self-concept and social adjustment on aggressiveness. The number of students studied were 100 people. The data collection technique is purposive sampling. Researchers designed this research with quantitative data and conducted online. While the measuring tool uses three psychological scales including the self-concept scale, social adjustment scale, and aggressiveness scale. The reliability of self-concept scale of 0.946, the social adjustment scale of 0.929 and the aggressiveness scale of 0.925. After the data was collected, it was tested by linear regression analysis with two predictors. Based on the results of this study, it was found that there was a very significant relationship between self-concept and social adjustment to aggressiveness in students who were addicted to playing online games, which was marked by a p value of 0.000. Literally, the results state that the rxy value of -0.328 indicates that there is a contribution of self-adjustment to aggressiveness in the sense that the higher the social adjustment, the lower the student's aggressiveness. This research can be implemented on students to be able to build self-concept, psychological, moral and social accompanied by good adjustments in the environment so as not to hinder their social and academic interactions.

Kata kunci: *agresivitas, konsep diri, penyesuaian sosial*

Abstrak

Kecanduan *game* membuat sebagian besar pihak resah dan sasarannya kebanyakan pada mahasiswa. Mahasiswa menjadi kecanduan bermain *game* dan merespon lingkungan sekitar lebih agresif. Untuk mensinkronkan kecanduan bermain *game* mahasiswa, penelitian ini hadir untuk meneliti pengaruh konsep diri dan penyesuaian sosial terhadap agresivitas. Jumlah mahasiswa yang diteliti sebanyak 100 subjek. Teknik pengambilan data adalah

purposive sampling. Peneliti merancang penelitian ini dengan data kuantitatif dan dilakukan secara online. Sedangkan alat ukurnya menggunakan tiga skala psikologi diantaranya skala konsep diri, skala penyesuaian sosial, dan skala agresivitas. Reliabilitas skala konsep diri sebesar 0,946, skala penyesuaian sosial sebesar 0,929 dan skala agresivitas sebesar 0,925. Setelah dikumpulkan data, maka diuji dengan analisis regresi linear dengan dua prediktor. Berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan konsep diri dan penyesuaian sosial terhadap agresivitas pada mahasiswa yang kecanduan bermain *game* online yang ditandai dengan nilai p 0,000. Secara harfiah, hasil tersebut menyebutkan nilai r_{xy} sebesar -0,328 menandakan bahwa adanya kontribusi penyesuaian diri terhadap agresivitas dalam artian semakin tinggi penyesuaian sosial maka semakin rendah agresivitas mahasiswa. Penelitian ini dapat diimplementasikan pada mahasiswa agar mampu membangun konsep diri, psikis, moral dan sosial disertai penyesuaian yang baik di lingkungan agar tidak menghambat interaksi sosial dan akademiknya.

Sitasi: Mujidin, Rustam, H. K., & Patriani, R. A. (2023). Agresivitas Ditinjau dari Konsep Diri dan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa dengan Kecanduan *Game Online*. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(1), 89-105. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.2953>

Pendahuluan

Jika mengamati perilaku mahasiswa saat ini sangat identik dengan hiburan, salah satunya adalah bermain *game online*. Seseorang yang mempunyai intensitas bermain *game online* tinggi (lebih dari 14 jam per minggu) biasanya mengabaikan lingkungan sekitar, *flow* dengan suasana bermainnya, meniru peperangan sehingga *game online* memicu agresivitas (Febrina, 2014). Bahkan dari hasil penelitian Estévez dkk (2019) agresivitas berhubungan dengan kurangnya kepuasan hidup, kurangnya konsep diri, dan tingginya depresi yang dirasakan. Kemunculan agresivitas bisa disebabkan karena berhadapan dengan situasi-situasi atau keadaan yang tidak menyenangkan dalam lingkungannya. Beberapa faktor mempengaruhi agresivitas, salah satunya adalah konsep diri (Guswani & Kawuryan 2011).

Konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan perilaku individu. Perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sendiri.

Individu yang mempunyai pandangan positif akan melakukan perilaku yang positif, sedangkan individu yang mempunyai pandangan negatif juga akan melakukan perilaku negatif seperti perilaku agresif. Individu kehilangan banyak kendali saat bermain *game* sehingga ia pun harus menerima konsekuensinya seperti depresi, kecemasan, masalah perilaku dan agresi (Šporčić & Glavak-Tkalić 2018). Respon yang banyak adalah meningkatnya agresivitas sehingga perilaku agresif dan konsep diri yang kuat menjadi faktor yang mengunci penyesuaian pribadi, sosial dan akademik mahasiswa ke arah yang negatif (Torregrosa dkk., 2011).

Pengaruh yang signifikan juga ditemukan dalam hasil penelitian Hidayati & Farid (2016) bahwa semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial seseorang. Hal ini menjelaskan individu membentuk pola penyesuaian yang diiringi konsep diri positif sehingga mampu mengurangi agresivitas pada mahasiswa. Mahasiswa juga perlu diedukasi mengenai mekanisme penyesuaian sosial yang baik seperti dalam hasil penelitian Rahat & İlhan (2016) bahwa interpretasi ulang positif suatu masalah dapat menyelamatkan individu dari situasi stres berkepanjangan.

Sebuah situasi dapat dikontrol, seperti pernyataan Akinkunmi & Benjamin (2020) bahwa situasi buruk dalam bermain *game* dapat ditangani dengan penyesuaian dan konsep diri agar agresivitas menurun. Penyesuaian sosial ditemukan dalam tupoksi konsep diri sesuai dengan hasil penelitian Ybrandt (2008) bahwa konsep diri merupakan faktor utama dalam hubungan sosial, teman sebaya, dan adaptasi perilaku. Konsep diri yang baik membawa hasil yang cukup memuaskan pada penyesuaian sosial, peningkatan kualitas interaksi dengan orang lain, dan mencegah individu dari masalah psikologis dan emosional (Bagán dkk., 2019). Dari hasil penelitian Coelho dkk., (2015) menunjukkan konsep diri membawa dampak positif pada keterampilan sosio-emosional ketika berinteraksi dengan orang lain dan efektif dalam membangun hubungan sosial. Ditambah lagi, keterampilan ini mendorong mahasiswa untuk lebih tenang dan adaptif dalam bermain *game* atau berinteraksi dengan orang lain.

Kebanyakan penelitian melaporkan penguatan konsep diri yang positif dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baik di kampus, masyarakat, ataupun rumah dapat mengatur tingkah laku individu ke arah tidak negatif. Hal ini dijelaskan

Jenkins dan Demaray (2012) bahwa individu yang memiliki konsep diri positif dan penyesuaian atau dukungan sosial akan lebih tenang dan tidak agresif saat bermain *game*. Konsep diri dinilai berkorelasi positif dengan penyesuaian sosial (Gunarta, 2015). Dengan mengutamakan konsep diri dan penyesuaian sosial maka individu telah menyelamatkan dirinya dari ancaman berkonflik dengan orang lain, perilaku agresif, merespon secara matang, bertindak secara efisien, dan bermanfaat.

Bermain *game* sebagai rutinitas mahasiswa tentu ingin menampilkan yang terbaik. Mahasiswa menggunakan pola penyesuaian untuk bermain di komunitasnya agar dianggap berkonsep diri yang positif. Ketika hal tersebut sudah diimplementasikan maka individu dapat menghilangkan perilaku agresif. Mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan baik dalam lingkungan keluarga, kampus, dan masyarakat melalui penyesuaian sosial. Melakukan penyesuaian sosial untuk mahasiswa pecandu *game* perlu diterapkan, seperti penjelasan Oktaveriyanto & Tobing (2016) bahwa ada pengaruh penyesuaian diri dengan agresivitas seorang TNI.

Sebagai faktor eksternal, posisi penyesuaian sosial sangatlah *urgent*. Variabel tersebut mendorong individu berpenampilan nyata, melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, sikap sosial, dan merasakan kepuasan pribadi. Masalah yang dapat ditangani penyesuaian sosial adalah perilaku agresif. Temuan Rezaei & Khosroshahi (2018) berhubungan dengan agresivitas mahasiswa. Mereka menyebutkan mahasiswa mengalami gangguan perilaku, bereaksi dengan kekerasan, gangguan emosional karena kepribadian yang belum matang dan menyimpang.

Penyesuaian sosial dapat memperkaya hubungan interpersonal dalam konteks kampus, pertemanan, masyarakat dan keluarga. Mahasiswa yang memposisikan diri yang membuat mereka lebih berempati. Dengan kata lain, agresivitas berkurang dengan adanya adaptasi penyesuaian diri. Pernyataan tersebut didukung oleh de la Barrera (2019) bahwa penyesuaian sosial mendorong emosi seseorang lebih stabil dan tahu batasannya. Gagasan tersebut juga didukung oleh Chen dkk., (2019) bahwa setiap individu berpotensi melakukan penyesuaian sosial. Bahkan individu yang mengalami kecanduan, dapat melakukan hal tersebut dengan mudah. Berdasarkan hasil penelitian Chen dkk., (2019) individu melakukan penyesuaian sosial dengan cara mengubah

perilaku sesuai dengan norma atau kebudayaan yang berlangsung di tempat sekitar. Sama halnya dengan mahasiswa, jika norma dan kebudayaan setempat mengintegrasikan perilaku agresif mahasiswa maka individu akan mendengarkan orang lain dan mencoba mengubah perilakunya ke arah yang lebih baik.

Objektif Studi

Freud menjelaskan agresi sebagai bawaan dan bagian yang tak dapat terpisahkan dari manusia (Kanwal & Naqvi 2021). Agresi bisa diartikan sebagai ketakutan atau bentuk pembelaan individu terhadap masalah yang ia hadapi. Bentuk-bentuk agresi paling umum seperti lebih mendahulukan kekuatan fisik seperti memukul, atau meninju untuk menyakiti orang lain (Kanwal & Naqvi 2021). Namun dalam penelitian ini mendeskripsikan objek agresi adalah video *game online*. Perbedaan ini menjadi hal mendasar dan kebaharuan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Lemmens dkk., (2009) menjelaskan bahwa kecanduan *game online* diartikan dengan penggunaan komputer atau video *game* secara berlebihan dan kompulsif yang mengakibatkan masalah sosial atau emosional dan terlepas dari masalah ini, pemain tidak dapat mengontrol penggunaan berlebihan ini.

Bermain *game online* yang berlebihan di kalangan mahasiswa dapat memberikan efek tertentu seperti depresi, kecemasan, kehilangan nafsu makan, gangguan tidur dan berkurangnya aktivitas fisik (Li dkk., 2016). Li dkk., (2016) mengambil variabel moderator dan mediator secara bersamaan yakni kepribadian *neuroticism* dan *avoidant coping* sedangkan variabel bebasnya adalah *stressful life events*. Hal ini membuktikan bahwa penelitian tersebut meneliti berbagai kejadian negatif yang bisa memicu stress berkepanjangan pada mahasiswa sedangkan penelitian ini tidak meneliti ranah tersebut. Penelitian ini berfokus pada psikologi pendidikan di mana mahasiswa belajar di kampus dan dihadapkan pada berbagai tugas akademik.

Pada kebanyakan penelitian menjelaskan mengenai efek bermain *game online* namun dalam penelitian ini meneliti faktor apa saja yang mempengaruhi perilaku agresif pada mahasiswa yang kecanduan bermain *game online*. Setelah mencari berbagai literatur, peneliti menemukan ada dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor eksternal dominan yang ditemukan adalah penyesuaian sosial (Zhang dkk., 2020). Pengaruh konsep diri sebagai faktor internal mampu mempengaruhi perilaku agresif (Escortell dkk., 2020).

Munculnya agresivitas pada mahasiswa yang kecanduan bermain *game online* merupakan hal yang cukup meresahkan. Kecanduan merupakan hal yang berlebihan dan bisa berakibat fatal jika dilakukan terus menerus. Saran dari penelitian sebelumnya, bermain *game* dibolehkan namun cukup pada tempat dan waktu yang sewajarnya. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti pengaruh konsep diri dan penyesuaian sosial terhadap agresivitas. Dikarenakan penjelasan di atas cukup urgensi maka sangat penting dilakukan penelitian dengan kedua faktor tersebut untuk mengetahui hubungan antara kedua faktor tersebut dengan agresivitas.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini dirancang untuk menguji kontribusi konsep diri dan penyesuaian sosial terhadap agresivitas pada mahasiswa yang bermain *game*. Untuk tujuannya, kami menggunakan analisis regresi atau desain kuantitatif non eksperimen. Variabel bebas yang berkontribusi ada 2 diantaranya konsep diri dan penyesuaian sosial.

Sampel Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi semester III-IX Universitas Ahmad Dahlan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *purposive sampling*. Mahasiswa yang kecanduan bermain *game online*, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, berusia 17-23 tahun. Mahasiswa yang termasuk kriteria sebanyak 39 orang. *University students were defined as emerging adults based in results of previous studies* (Morsünbül, 2015).

Instrumen dan Prosedur Penelitian

Untuk mendapatkan informasi tentang fitur demografis peserta, formulir data pribadi digunakan. Saat ini, penelitian lebih banyak menggunakan google form sebagai

instrument penelitian. Link *google form* untuk penelitian ini adalah <http://bit.ly/menujusarjanapsikologi>.

Skala agresi dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan bentuk-bentuk agresivitas yang terdiri atas agresi fisik, agresi verbal, kemarahan dan permusuhan. Skala ini berjumlah 24 aitem. Agresi fisik berjumlah 6 aitem, agresi verbal berjumlah 6 aitem, kemarahan 6 aitem dan permusuhan berjumlah 6 aitem. Setiap aitem dicek mulai dari nilai tertinggi 4 jika bernilai *favorable* dan nilai tertinggi 1 jika bernilai *unfavorable*. Kategori responnya adalah sangat sesuai (*ss*), Sesuai (*s*), tidak sesuai (*ts*), dan sangat tidak sesuai (*sts*). Agresivitas memiliki reliabilitas sebesar 0,925. Masing-masing aitem memiliki korelasi yang beragam mulai 0,280 hingga 0,828.

Untuk konsep diri, peneliti membuat skala penelitian diantaranya diri fisik, diri psikis, diri sosial, dan diri moral. Dari hasil analisis didapatkan bahwa aitem diri fisik sebanyak 6 aitem, diri psikis sebanyak 6 aitem, diri sosial sebanyak 6 aitem, dan diri moral sebanyak 6 aitem. Skala diukur dengan nilai 4, 3, 2, 1 pada aitem *favorable*. Nilai 4 artinya sangat sesuai (*ss*), nilai 3 artinya sesuai (*s*), nilai 2 artinya tidak sesuai (*ts*), dan nilai 1 artinya sangat tidak sesuai (*sts*). Namun, jika suatu aitem masuk ke dalam kategori *unfavorable* maka nilai tersebut berbanding terbalik. Skala yang disusun berjumlah 32 namun yang dapat digunakan hanya 24 aitem. Nilai korelasi antar aitem berkisar 0,366 – 0,823. Tingkat reliabilitas skala konsep diri cukup tinggi yakni 0,946.

Dalam skala penyesuaian sosial, aitem-aitem valid yang disusun diantaranya penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi. Aspek penampilan nyata terdiri dari 6 aitem, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok berjumlah 6 aitem. Selanjutnya, sikap sosial berjumlah 6 aitem dan aspek kepuasan pribadi berjumlah 6 aitem. Terdapat dua kategori yakni aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* bernilai 4 jika sangat sesuai, nilai 3 jika sesuai, nilai 2 jika tidak sesuai, dan nilai 1 jika sangat tidak sesuai. Sebaliknya jika aitem dengan kategori *unfavorable* maka nilai 1 untuk sangat sesuai, nilai 2 untuk sesuai, nilai 3 untuk tidak sesuai, dan nilai 4 untuk sangat tidak sesuai. Korelasi aitemnya bernilai - 0,027 - 0,854. Korelasi tersebut menggambarkan 24 aitem dengan 13 aitem *favorable* dan 11 aitem *unfavorable*. Reliabilitas Alpha Cronbach skala penyesuaian sosial sebesar 0,929.

Analisis Data

Setiap data dianalisis menggunakan SPSS 16 *for Windows*. *Tools* tersebut memuat analisis regresi linear dua prediktor yakni konsep diri dan penyesuaian sosial terhadap agresivitas. Semua aitem diuji secara parametrik. Untuk menguji hipotesis penelitian ini, maka peneliti mengambil nilai R , nilai signifikan p , nilai r_{xy} dan persentase nilai R .

Hasil

Temuan pertama adalah hasil data deskriptif skala. Gambaran data deskriptif ada pada tabel 1.

Tabel 1.
Hasil Data Deskriptif

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
Agresivitas	24	96	60	12	24,00	76,00	46,6200	9,42250
Konsep Diri	24	96	60	9	50,00	84,00	69,4600	6,74263
Penyesuaian sosial	24	96	60	20	45,00	93,00	73,4200	7,83308

Tidak sampai pada skor hipotetik dan empirik, peneliti memperhatikan kategori dari setiap subjek berdasarkan nilai empirik. Kategori tersebut terdiri dari tinggi, sedang dan rendah. Pada skala agresivitas, subjek yang memiliki kategori tinggi sebanyak 13 orang (13%), selanjutnya kategori sedang berjumlah 71 orang (71%) dan kategori rendah dengan 16 orang (16%). Interval tinggi $56,0425 \leq X$. Interval sedang diantara $37,1975 \leq X < 56,0425$. Interval rendah $X < 37,1975$. Frekuensi tersebut cukup bervariasi dan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar agresivitas mahasiswa tergolong sedang.

Tabel 2.
Kategorisasi agresivitas

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase (%)
$56,0425 \leq X$	Tinggi	13	13%
$37,1975 \leq X < 56,0425$	Sedang	71	71%
$X < 37,1975$	Rendah	16	16%
	Jumlah	100	100

Selanjutnya, skala konsep diri hampir sama dengan agresivitas. Kategori paling tinggi diperoleh 71% (71 orang) dalam kategori sedang. Selanjutnya kategori rendah sebesar 15 % (15 orang). Untuk kategori tinggi lebih rendah dari kategori rendah yakni 14 %. Interval tinggi adalah $76,20263 \leq X$. Interval sedang berkisar $62,71737 \leq X < 76,20263$. Interval rendah sebesar $X < 62,71737$. Selanjutnya, skala penyesuaian sosial. Skala ini memiliki interval tinggi sebesar $81,25308 \leq X$. Angka tersebut mencakup 17 orang (17%). Selanjutnya, interval sedang mencakup $65,58692 \leq X < 81,25308$ dengan 76 orang (76%). Kemudian, interval rendah diantaranya $X < 65,58692$ pada 7 orang (7%).

Tabel 3.
Kategorisasi skala konsep diri

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase (%)
$76,20263 \leq X$	Tinggi	14	14%
$62,71737 \leq X < 76,20263$	Sedang	71	71%
$X < 62,71737$	Rendah	15	15%
	Jumlah	100	100

Untuk skala penyesuaian sosial ditemukan bahwa keseluruhan jumlah sampel penelitian, terdapat 17 (17%) subjek yang memiliki penyesuaian sosial tinggi, subjek yang memiliki penyesuaian sosial sedang sebanyak 76 (76)% subjek dan 7 (7%) subjek yang memiliki penyesuaian sosial rendah. Penjelasan ini disimpulkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.
Kategorisasi Skala Penyesuaian Sosial

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase (%)
$81,25308 \leq X$	Tinggi	17	17%
$65,58692 \leq X < 81,25308$	Sedang	76	76%
$X < 65,58692$	Rendah	7	7%
	Jumlah	100	100

Uji hipotesis juga dilakukan pengecekan. Pertama dari hipotesis mayor, analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan peneliti diterima. Berdasarkan hasil tabel di bawah ini, koefisien korelasi antara variabel konsep diri dan

penyesuaian sosial dengan agresivitas adalah sebesar $R = 0,467$ dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 yang berarti p lebih kecil dari 0,01 ($p < 0,01$).

Tabel 5.

Hasil uji hipotesis

Variabel	Kofisien korelasi (R)	Sig (p)	Keterangan
Konsep diri dan penyesuaian sosial dengan agresivitas	0,467	0,000	Sangat Signifikan

Selanjutnya uji hipotesis minor. Ada dua hipotesis minor yang dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6.

Hasil analisis lanjutan hipotesis minor

No	Variabel	r_{xy}	Signifikan	Keterangan
1.	Konsep diri dengan agresivitas	-0,021	0,839	Hipotesis tidak diterima
2.	Penyesuaian sosial dengan agresivitas	-0,328	0,001	Hipotesis diterima

1. Hipotesis minor pertama

Berdasarkan hasil analisis hipotesis minor menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang negatif antara konsep diri dengan agresivitas. Koefisien korelasi didapatkan $r_{xy} (r) = -0,021$ dengan taraf signifikansi $p = 0,839$ ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis minor pertama ditolak, karena tidak ada hubungan antara konsep diri dengan agresivitas.

2. Hipotesis minor kedua

Hipotesis minor kedua diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara penyesuaian sosial dengan agresivitas. Koefisien korelasi didapatkan sebesar $r_{xy} (r) = 0,328$ dengan taraf signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,01$) yang artinya hipotesis minor kedua diterima karena terdapat hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian sosial dengan agresivitas. Semakin tinggi penyesuaian sosial maka semakin rendah agresivitas. Sebaliknya, semakin rendah penyesuaian sosial maka semakin tinggi agresivitas.

Diskusi

Kekuatan dua prediktor dalam penelitian cukup besar. Hal ini ditunjukkan dari pengaruh dari masing-masing variabel. Konsep diri dianggap dapat mempengaruhi agresivitas. Namun dari hasil penelitian ini, hipotesis tersebut tidak diterima. Alasan yang kuat adalah nilai $p\ 0,839 > 0,05$. Nilai tersebut menggambarkan dengan jelas bahwa tidak terdapat pengaruh konsep diri terhadap perilaku agresif mahasiswa yang mengalami kecanduan bermain *game online*. Konsep diri tidak mampu mengatasi perilaku agresif mahasiswa. Kecanduan membuat konsep diri mereka memudar dan tidak menetap sehingga muncul lebih banyak perilaku agresif.

Kedua, adanya pengaruh yang signifikan penyesuaian sosial dengan agresivitas pada mahasiswa. Jelas dari hipotesis tersebut sudah bisa diketahui kebenarannya. Berdasarkan hasil penelitian ini, hipotesis tersebut mutlak diterima. Pengaruh penyesuaian sosial sangat efektif dan memberikan kontribusi besar terhadap penurunan agresivitas mahasiswa. Nilai p penyesuaian sosial sebesar $0,001 < 0,05$. Nilai r_{xy} sebesar $-0,328$. Sudah menemukan nilai signifikannya maka dapat dibenarkan bahwa semakin rendah agresivitas maka semakin tinggi penyesuaian sosial. Sebaliknya semakin tinggi agresivitas maka semakin rendah penyesuaian sosial. Pengaruh tersebut dapat dikatakan sebagai korelasi negatif. Pada umumnya, korelasi negatif menjadi sangat populer karena menggunakan variabel positif dan variabel negatif secara bersamaan. Hal ini sangat memudahkan peneliti dalam membuat hipotesis ataupun kerangka pikir yang baik untuk penelitian.

Secara garis besar, konsep diri dan penyesuaian sosial memiliki pengaruh sebesar $0,000 < 0,05$. Sedangkan koefisien korelasinya senilai $0,467$. Itu berarti sebanyak $46,7\%$ ada pengaruh konsep diri dan penyesuaian sosial bersama-sama terhadap perilaku agresivitas mahasiswa. Meskipun kedua prediktor tergolong sedang, namun hal ini membawa kabar baik. Hasil tersebut mengindikasikan ada pengaruh yang mampu meminimalisir terjadinya peningkatan perilaku agresif. Seperti kita ketahui bersama, kategori agresif dalam penelitian ini adalah sedang dan tidak tinggi.

Kecanduan *game* merupakan konsekuensi negatif dari *game* digital. *Gamer* menampilkan penggunaan yang tidak terkontrol, obsesif, ingin melakukannya terus

menerus, dan membawa dampak yang tidak sehat bagi tubuh (Jeong & Kim, 2011). Individu memainkan *game* digital secara kompulsif sehingga mengisolasi diri dari kontak sosial dan lebih berfokus pada pencapaian *game* daripada pada kehidupan nyata (Bhagat dkk., 2020). Konsep diri yang tidak diterima membuat individu lebih mengenali hal apa yang sesuai untuk dirinya. Sebenarnya, individu memiliki konsep diri yang baik. Hipotesis tersebut ditolak sebab berhubungan dengan hasil penelitian Bhagat dkk., (2020) bahwa individu memiliki kebutuhan akan interaksi sosial online. Determinan kuat pada orang yang mengalami kecanduan *game online* adalah adanya kebutuhan untuk melakukan interaksi online. Individu yang kesepian lebih mungkin tertarik pada *game* digital karena *game* ini memberikan rasa memiliki, persahabatan, dan komunitas. Mahasiswa tidak merasa kesepian seperti dalam penelitian Bhagat dkk., (2020) justru mahasiswa yang tinggal di Yogyakarta mendapatkan keramahan dan keluwesan orang-orang di Yogyakarta.

Agresi yang sangat berisiko tinggi berbanding terbalik dengan hasil penelitian ini. Berdasarkan temuan Sun Kyung dkk., (2021) mahasiswa yang kecanduan bermain *game online* cenderung melakukan tindakan agresi yang lebih berisiko. Dalam penelitian ini ditemukan tidak berisiko dan tergolong sedang. Mahasiswa lebih berfokus pada *game online* sehingga tidak memperhatikan konsep dirinya secara utuh. Berdasarkan dimensi konsep diri telah disebutkan bahwa diri psikis, diri sosial, diri fisik dan diri moral kurang mempengaruhi agresivitas mahasiswa. Kemungkinan yang terjadi adalah individu kurang memperhatikan makan, mengalami kelelahan fisik, dan kelelahan jiwa saat bermain *game* (Zul Kamal & Wok, 2020; Aziz, dkk., 2021).

Respon ketika situasi sudah terdesak biasanya mengalami kecemasan. Namun dari hasil penelitian ini mahasiswa tidak mengalami kecemasan seperti dalam penelitian Lee dan Stapinski (2012). Penelitian tersebut menemukan adanya kecemasan sosial yang tinggi dan tidak terkendali sehingga individu menarik diri dan tidak melakukan penyesuaian sosial. Individu lebih banyak mengembangkan pola-pola penyesuaian sosial yang tepat seperti dalam hasil penelitian ini. Kelanjutan pola-pola tersebut dapat dijelaskan dalam penelitian Ubinger dkk., (2013). Ia menambahkan individu melakukan resolusi konflik, perilaku menghindar dari masalah, dan penyesuaian psikologis

sehingga mampu mengurangi perilaku agresif. Individu berhasil membuka lebih banyak peluang dan kesempatan untuk berbuat lebih banyak dan lebih baik.

Penyesuaian sangat baik untuk memanipulasi perilaku agresif (López & Gutiérrez, 2015). Individu tidak hanya terdorong secara internal, namun secara eksternal individu didukung dengan suasana yang positif dan nyaman. Kebutuhan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan dunia nyata lebih besar daripada dunia maya. Individu menyadari kehadiran orang lain dan dukungan dari lingkungan sekitar mampu memberikannya kenyamanan. Senabre dkk., (2017) setuju dengan pernyataan tersebut. Ia menjelaskan bahwa individu yang mampu merasa puas dengan kehidupan akademik di kampus, lingkungan keluarga dan di masyarakat dapat menghindari diri dari konflik dan perilaku agresif. Individu berpikir bahwa dengan kenyamanan, kepuasan dan ketergantungan dengan budaya dan nilai-nilai positif yang mengikat maka ia tidak perlu merasa takut atau khawatir dengan kehidupannya.

Kecanduan bermain *game* dapat menjadi *boomerang* jika tidak mempergunakan waktu dengan baik maka individu akan hanyut dalam permainan itu sendiri. Hal inilah yang menjadi tantangan dalam penelitian sebab peneliti tidak mampu mengukur seberapa candu mahasiswa untuk bermain *game*. Penelitian ini tidak mengobservasi secara langsung perilaku mahasiswa dalam bermain *game*. Keterbatasan peneliti juga terletak pada metode pemberian skala secara langsung. Peneliti memberikan skala tersebut melalui komunikasi di *whatsapp* dan menyalin *link* yang sudah dibuat. Para responden dapat menjawab skala dengan cepat.

Sementara itu, jawaban tersebut berpeluang bias. Dengan banyaknya skala yang diberikan tentu dapat memberikan efek samping kepada responden. Efek tersebut misalnya responden mengisi dengan asal-asalan, tidak menjawab dengan sungguh-sungguh atau malah memberikan skala tersebut kepada orang lain tanpa sepengetahuan peneliti. Hal inilah yang tidak dapat dikontrol. sebaiknya dilakukan penelitian secara berkelanjutan untuk meneliti faktor-faktor yang mampu mempengaruhi agresivitas mahasiswa maupun variabel lainnya yang kemungkinan bisa memproyeksi agresivitas.

Kesimpulan

Konsep diri dan penyesuaian sosial mempengaruhi agresivitas pada mahasiswa yang kecanduan bermain *game online*. Pengembangan kemampuan penyesuaian sosial dan menerima diri secara utuh dapat dilakukan dengan mendorong diri untuk lebih banyak terlibat dalam kegiatan sosial dan menyesuaikan diri dengan sikap sosial yang ada dilingkungan sekitar. Saran untuk penelitian berikutnya adalah mengambil topik-topik yang erat kaitannya dengan masalah agresivitas maupun variabel yang berbeda dari penelitian ini. peneliti hendaknya mempertimbangkan literatur-literatur yang sekiranya relevan.

Referensi

- Akinkunmi, O. M., & Benjamin, O. A. (2020). Influence of Self-Concept On Psychological Adjustment and Mental Health Status of Undergraduate Students of Adekunle Ajasin University , Ondo State. *International Journal of Medicine, Nursing & Health Sciences (IJMNHS)*, 1(December), 42–49. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4406974>
- Aziz, N., Nordin, M. J., Abdulkadir, S. J., & Salih, M. M. M. (2021). Digital addiction: Systematic review of computer game addiction impact on adolescent physical health. *Electronics (Switzerland)*, 10(9), 1–18. <https://doi.org/10.3390/electronics10090996>
- Bagán, G., Tur-Porcar, A. M., & Llorca, A. (2019). Learning and parenting in Spanish environments: Prosocial behavior, aggression, and self-concept. *Sustainability (Switzerland)*, 11(19). <https://doi.org/10.3390/su11195193>
- Bhagat, S., Jeong, E. J., & Kim, D. J. (2020). The Role of Individuals' Need for Online Social Interactions and Interpersonal Incompetence in Digital Game Addiction. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 36(5), 449–463. <https://doi.org/10.1080/10447318.2019.1654696>
- Chen, L., Zhang, W., Ji, L., & Deater-Deckard, K. (2019). Developmental Trajectories of Chinese Adolescents' Relational Aggression: Associations With Changes in Social-Psychological Adjustment. *Child Development*, 90(6), 2153–2170. <https://doi.org/10.1111/cdev.13090>
- Coelho, V. A., Marchante, M., & Sousa, V. (2015). "Positive Attitude": A multilevel model analysis of the effectiveness of a Social and Emotional Learning Program for Portuguese middle school students. *Journal of Adolescence*, 43, 29–38. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.05.009>

- de la Barrera, U., Schoeps, K., Gil-Gómez, J. A., & Montoya-Castilla, I. (2019). Predicting adolescent adjustment and well-being: The interplay between socio-emotional and personal factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph16234650>
- Escortell, R., Delgado, B., & Martínez-Monteaagudo, M. C. (2020). Cybervictimization, self-concept, aggressiveness, and school anxiety in school children: A structural equations analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197000>
- Estévez, E., Estévez, J. F., Segura, L., & Suárez, C. (2019). The influence of bullying and cyberbullying in the psychological adjustment of victims and aggressors in adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph16122080>
- Febrina, C. La. (2014). Pengaruh Intensitas Bermain Game on-Line Terhadap Agresivitas Siswa. *JIV-Jurnal Ilmiah Visi*, 9(1), 28–35. <https://doi.org/10.21009/jiv.0901.4>
- Gunarta, M. E. (2015). Konsep Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Pendatang di Bali. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(02), 183–194.
- Guswani, A. M., & Kawuryan, F. (2011). Guswani Dan Kawuryan 2011. *Perilaku Agresi Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kematangan Emosi*, 1(2), 86–92.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja Khoirul Bariyyah Hidayati. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 137–144. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/730/659>
- Jenkins, L. N., & Demaray, M. K. (2012). Social Support and Self-Concept in Relation to Peer Victimization and Peer Aggression. *Journal of School Violence*, 11(1), 56–74. <https://doi.org/10.1080/15388220.2011.630958>
- Jeong, E. J., & Kim, D. H. (2011). Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 213–221. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0289>
- Kanwal, S., & Naqvi, I. (2021). Resource Control Strategies and Aggression among University Students. *Journal of Behavioral Sciences*, 31(1), 52–73.
- Lee, B. W., & Stapinski, L. A. (2012). Seeking safety on the internet: Relationship between social anxiety and problematic internet use. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 197–205. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.001>
- Lemmings, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>

- Li, H., Zou, Y., Wang, J., & Yang, X. (2016). Role of stressful life events, avoidant coping styles, and neuroticism in online game addiction among college students: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01794>
- López, E. E., & Gutiérrez, T. I. J. (2015). Aggressive Behavior and Personal and School Adjustment in a Sample of Spanish Adolescent Students. *Universitas Psychologica*, 14(1), 111–123. <https://doi.org/10.11144/JAVERIANA.UPSY14-1.CAAP>
- Morsünbül, Ü. (2015). The Effect of Identity Development, Self-Esteem, Low Self-Control and Gender on Aggression in Adolescence and Emerging Adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*, 15(61), 99–116. <https://doi.org/10.14689/ejer.2015.61.6>
- Oktaveriyanto, A. P., & Tobing, D. H. (2016). Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Agresivitas pada Anggota TNI AD KODAM IX/UDAYANA di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 117–131. <https://doi.org/10.24843/jpu.2016.v03.i01.p12>
- Rahat, E., & İlhan, T. (2016). Coping styles, social support, relational self- construal, and resilience in predicting students' adjustment to university life. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 16(1), 187–208. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.1.0058>
- Rezaei, A., & Khosroshahi, J. B. (2018). Optimism, social intelligence and positive affect as predictors of university students' life satisfaction. *European Journal of Mental Health*, 13(2), 150–162. <https://doi.org/10.5708/EJMH.13.2018.2.3>
- Senabre, P., Murgui, S., & Ruiz, Y. (2017). *Personal adjustment and its relation with aggressive behavior*. 81–92.
- Šporčić, B., & Glavak-Tkalić, R. (2018). The relationship between online gaming motivation, self-concept clarity and tendency toward problematic gaming. *Cyberpsychology*, 12(1). <https://doi.org/10.5817/CP2018-1-4>
- Sun Kyung, K., Shin, S., & In Lee, J. (2021). The Moderating Effect of Self-efficacy on the Relationship Between Internet Game Addiction and Aggression Among Korean Adolescents. *Social Sciences*, 10(2), 58. <https://doi.org/10.11648/j.ss.20211002.13>
- Torregrosa, M. S., Ingles, C. J., & Garcia-Fernandez, J. M. (2011). Aggressive behavior as a predictor of self-concept: A study with a sample of Spanish compulsory secondary education students. *Psychosocial Intervention*, 20(2), 201–212. <https://doi.org/10.5093/in2011v20n2a8>
- Ubinger, M. E., Handal, P. J., & Massura, C. E. (2013). Adolescent Adjustment: The Hazards of Conflict Avoidance and the Benefits of Conflict Resolution. *Psychology*, 04(01), 50–58. <https://doi.org/10.4236/psych.2013.41007>
- Ybrandt, H. (2008). The relation between self-concept and social functioning in adolescence. *Journal of Adolescence*, 31(1), 1–16.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.03.004>

Zhang, M., Liu, H., & Zhang, Y. (2020). Adolescent Social Networks and Physical, Verbal, and Indirect Aggression in China: The Moderating Role of Gender. *Frontiers in Psychology*, 11(March), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00658>

Zul Kamal, N. S., & Wok, S. (2020). the Impact of Online Gaming Addiction on Mental Health Among Iium Students. *International Journal of Heritage, Art and Multimedia*, 3(11), 01–20. <https://doi.org/10.35631/ijham.311001>