

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada Bab IV, dapat disimpulkan bahwa permainan *roleplay* di media sosial memberikan gambaran kontrol diri yang beragam pada remaja awal. Kontrol diri yang dimiliki oleh remaja awal pelaku permainan *roleplay* mencakup tiga aspek utama, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan, yang masing-masing berkembang sesuai dengan pengalaman dan kondisi subjek. Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontrol diri remaja awal dalam bermain *roleplay* di media sosial terhadap lima subjek penelitian, yaitu LN, DL, AR, TAP, dan VQ, dapat disimpulkan bahwa kelima subjek menunjukkan kemampuan kontrol diri yang beragam pada aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

##### 1. Kontrol Perilaku

Pada aspek kontrol perilaku (*behavioral control*), LN dan VQ menunjukkan kemampuan yang relatif lebih baik dalam mengatur perilaku selama bermain *roleplay*. Keduanya mampu mengikuti aturan, menghindari konflik, serta membatasi interaksi yang dianggap mengganggu. AR juga menunjukkan kemampuan yang cukup baik, meskipun terkadang masih dipengaruhi oleh kondisi emosional. Sementara itu, DL dan TAP masih menunjukkan respons yang lebih dipengaruhi oleh emosi, rasa penasaran, maupun kedekatan sosial sehingga pengendalian perilakunya belum sepenuhnya konsisten.

## 2. Kontrol Kognitif

Pada aspek kontrol kognitif (*cognitive control*), seluruh subjek menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam memperoleh dan memahami informasi terkait *roleplay*. LN, DL, AR, TAP, dan VQ aktif mencari informasi melalui teman, komunitas *roleplay*, media sosial, maupun internet. Selain itu, sebagian besar subjek juga melakukan pengecekan terhadap informasi yang diperoleh sebelum menerapkannya dalam aktivitas *roleplay*, meskipun tingkat pemahaman dan kehati-hatian masing-masing subjek berbeda.

## 3. Kontrol Keputusan

Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan kontrol keputusan pada kelima subjek menunjukkan variasi yang berbeda. LN menunjukkan kontrol keputusan yang baik dengan mempertimbangkan kenyamanan dan nilai pribadi dalam menentukan tindakan. LN mampu menghindari percakapan yang tidak nyaman serta menolak ajakan yang berpotensi menimbulkan konflik. DL juga menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam mengambil keputusan berdasarkan kenyamanan diri dan perlindungan terhadap kondisi emosionalnya, meskipun dalam beberapa situasi respons yang diberikan masih dipengaruhi oleh emosi. AR menunjukkan kemampuan kontrol keputusan yang cukup berkembang karena mampu mengenali batasan diri dan menghentikan interaksi yang tidak nyaman. Namun, keputusan yang diambil masih sering dipengaruhi oleh kebutuhan akan penerimaan sosial dan rasa takut kehilangan relasi dengan teman *roleplay*. TAP mampu mengambil keputusan untuk menjaga kenyamanan dirinya dengan menghentikan komunikasi atau memblokir akun yang dianggap mengganggu, tetapi masih mengalami kesulitan dalam menentukan prioritas antara aktivitas *roleplay* dan tanggung jawab di kehidupan nyata. Sementara itu, VQ

mampu membedakan antara dunia *roleplay* dan kehidupan nyata serta mengambil keputusan untuk menghindari interaksi yang mengganggu. Namun, VQ masih menunjukkan kelemahan dalam pengambilan keputusan karena tetap meladeni percakapan yang bernuansa tidak senonoh demi mempertahankan karakter yang dimainkan. Temuan ini menunjukkan bahwa pertimbangan terhadap keamanan dan batasan diri belum sepenuhnya menjadi dasar dalam setiap keputusan yang diambil.

Secara keseluruhan, kelima subjek telah menunjukkan kemampuan dalam mengambil keputusan selama bermain *roleplay*, namun tingkat kematangannya berbeda-beda. LN dan DL cenderung menunjukkan kontrol keputusan yang lebih baik, AR dan TAP masih dipengaruhi oleh faktor sosial dan pengelolaan diri, sedangkan VQ masih menunjukkan kelemahan dalam mempertimbangkan risiko pada situasi tertentu. Dengan demikian, kontrol keputusan pada remaja awal dalam bermain *roleplay* dapat dikategorikan cukup berkembang, tetapi masih memerlukan penguatan agar keputusan yang diambil lebih konsisten dan berorientasi pada perlindungan diri.

Kontrol diri yang dimiliki oleh remaja awal dalam bermain *roleplay* dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pengalaman pribadi selama bermain, kesadaran terhadap risiko dunia maya, kebutuhan akan kenyamanan dan keamanan emosional, pengaruh lingkungan sosial, tahap perkembangan remaja awal, serta keberadaan aturan dalam komunitas *roleplay*. Faktor-faktor tersebut saling berinteraksi dan membentuk pola kontrol diri yang berbeda pada setiap subjek.

Permainan *roleplay* di media sosial memberikan dampak yang bersifat dua sisi bagi remaja awal. Dampak positif yang dirasakan antara lain menjadi sarana ekspresi diri, membantu pengembangan kemampuan sosial dan komunikasi,

melatih pengelolaan emosi, serta meningkatkan sikap kritis dalam menyikapi informasi. Di sisi lain, permainan *roleplay* juga berpotensi menimbulkan dampak negatif, seperti ketergantungan emosional, kesulitan mengatur waktu, paparan konten tidak pantas, serta tekanan psikologis akibat konflik sosial. Oleh karena itu, peran kontrol diri menjadi faktor penting dalam menentukan apakah permainan *roleplay* berdampak positif atau justru merugikan bagi remaja awal.

Hasil triangulasi data melalui wawancara informan menunjukkan bahwa keterlibatan remaja dalam aktivitas *roleplay* berdampak pada perilaku sehari-hari di rumah, khususnya dalam hal pengelolaan waktu dan kepatuhan terhadap perintah orang tua. Remaja cenderung menunda kewajiban dan baru merespons setelah adanya kontrol eksternal berupa teguran atau kemarahan dari orang tua. Temuan ini menguatkan hasil wawancara subjek yang mengakui kesulitan menghentikan aktivitas *roleplay* ketika sedang asyik bermain.

Dengan demikian, kontrol diri remaja awal dalam bermain *roleplay* masih sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti pengawasan dan arahan orang tua. Kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan pada remaja awal belum sepenuhnya terbentuk secara mandiri dan masih membutuhkan dukungan lingkungan, terutama keluarga.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

### **1. Bagi Remaja Awal**

Remaja awal diharapkan dapat terus mengembangkan kemampuan kontrol diri, terutama dalam menetapkan batasan interaksi, mengelola waktu bermain, serta berani mengambil keputusan yang sesuai dengan kenyamanan dan nilai

pribadi. Remaja juga diharapkan lebih selektif dalam berinteraksi dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial di dunia maya.

## 2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan pendampingan dan pengawasan yang proporsional terhadap aktivitas anak di media sosial, termasuk permainan *roleplay*. Pendampingan tidak hanya berupa pembatasan, tetapi juga komunikasi terbuka agar anak merasa aman untuk bercerita mengenai pengalaman yang dialami di dunia maya. Orang tua diharapkan dapat memberikan pengawasan dan arahan yang konsisten.

## 3. Bagi Pendidik dan Sekolah

Pendidik diharapkan dapat memberikan edukasi terkait literasi digital dan pengelolaan emosi pada remaja awal. Sekolah dapat berperan dalam membantu remaja memahami risiko dan manfaat aktivitas daring, serta mendorong pengembangan kontrol diri yang sehat.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji permainan *roleplay* dengan subjek yang lebih beragam, baik dari segi usia, jenis kelamin, maupun latar belakang sosial. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat menggunakan pendekatan kuantitatif atau metode campuran untuk memperoleh gambaran yang lebih luas mengenai kontrol diri remaja dalam aktivitas daring.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adeonalia, G. (2002). *Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet*. Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 29(3), 278–293. <https://doi.org/10.1037/h0036005>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115-128. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x>
- Chaplin., J, P. (2005). *Kamus Psikologi, terjemahan Kartini Kartono*. Jakarta: Rajawali Press.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda Karya.
- Djaali. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Etikan, I., Alkassim, R., & Abubakar, S. (2016). Snowball Sampling. *Biostatistics*, 5(2), 1–2. <https://doi.org/10.4172/2155-6180.1000224>
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Erland, M., Jonata, I., Mashudi, I., & Waris, L. (2022). *Metodologi penelitian kualitatif*. Padang, Indonesia: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Ghufron, Nur & Risnawati, Rini. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, S. (2004). *Dari anak sampai usia lanjut: Bunga rampai psikologi perkembangan*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Herdiansyah, H. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi ke – 5)*. Jakarta: Erlangga.
- Liswantiani, E., & Nugrahanta, G. A. (2020). *Mengoptimalkan karakter kontrol diri anak dengan sarana permainan tradisional*. Yogyakarta: CV Resitasi Pustaka.
- Moleong, L. J. (2008). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muthi'ah, Syafiyah. (2024). *Menjaga Kendali Diri: Perspektif Islam tentang Nafs dan Mekanismenya*. Diakses pada 17 Maret 2025, dari

<https://rahma.id/menjaga-kendali-diri-perspektif-islam-tentang-nafs-dan-mekanismenya/>.

- Naderifar, M., Goli, H., & Ghaljaei, F. (2017). Snowball Sampling: A Purposeful Method of Sampling in Qualitative Research. *Strides in Development of Medical Education*, 14(3), e67670. <https://doi.org/10.5812/sdme.67670>
- Ningrum, D. F. (2024). *Self-control roleplayer pada remaja di jejaring sosial Twitter*. Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
- Nurhanifa, A., Widiarti, E., & Yamin, A. (2020). Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4), 527-540.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development (Psikologi Perkembangan) (Edisi ke-9)*. Jakarta: Penerbit Kencana.
- Poerwandari, E. K. (2005). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Quraish Shihab, M. (2002). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an (Jilid 2)*. Jakarta: Lentera Hati.
- Ramadhani, S., Meliala, S., & Siregar, I. M. (2024). *Psikologi sosial dalam fokus: Teori, metode dan aplikasi*. Medan: UMSU Press.
- Risqiyah, H. P. N. (2022). *Self-Identity pada Role-Player Pengguna Twitter*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rohilah, I. (2006). *Hubungan religiusitas dan kontrol diri dengan sikap terhadap penyalahgunaan narkoba, alkohol, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (NAPZA) pada siswa kelas XI SMAN 2 Kuningan, Jawa Barat*. Tesis Program Pascasarjana, Universitas Indonesia.
- Santrock, J. W. (2014). *Life-Span Development* (14th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Santrock, J. W. 2006. *Adolescence*. Terjemahan oleh Shinto dan Sherly. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Shintaloka, P. S. (2023) "Tanda-tanda kecanduan bermain roleplay pada anak" Diakses pada 17 Maret 2025, dari <https://health.kompas.com/read/23F25180000768/tanda-tanda-kecanduan-bermain-roleplay-pada-anak?page=all>
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung, Indonesia: Alfabeta.

- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung, Indonesia: Alfabeta.
- Sukmawati, A. S., dkk. (2023). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.

