



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN *LOCUS OF CONTROL*
DENGAN ESCAPISM PADA INDIVIDU DEWASA AWAL YANG
BERMAIN *GAME ONLINE***



SKRIPSI

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

RAFANJI APRIANSYAH

46122010147

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN *LOCUS OF CONTROL*
DENGAN ESCAPISM PADA INDIVIDU DEWASA AWAL YANG
BERMAIN *GAME ONLINE***

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

RAFANJI APRIANSYAH

46122010147

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rafanji Apriansyah
NIM : 46122010147
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan *Locus of Control* dengan *Escapism* Pada Individu Dewasa Awal yang Bermain *Game Online*

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademik yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 27 Januari 2026

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Rafanji Apriansyah

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Rafanji Apriansyah
NIM : 46122010147
Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“ Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan *Locus of Control* dengan *Escapism* Pada Individu Dewasa Awal yang Bermain *Game Online* ”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 26 Januari 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 28 %.

Jakarta, 26 Januari 2026

Administrator Turnitin


Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Rafanji Apriansyah
NIM : 46122010147
Falkutas/Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan *Locus of Control* dengan *Escapism* Pada Individu Dewasa Awal yang Bermain *Game Online*

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 2 Februari 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing



Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPT: 0302038003

UNIVERSITAS

Jakarta, 2 Februari 2026

Mengetahui,

MERCU BUANA

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN/NUPTK: 0316058002



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

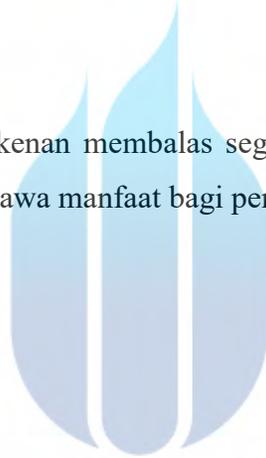
Puji Syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya pada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan *Locus of Control* dengan *Escapism* Pada Individu Dewasa Awal yang Bermain *Game Online*”. Penyusunan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengungkapkan rasa syukur dan menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M. Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M. Psi., Psikolog. dan Bapak Dhani Irmawan, S. Psi., M.Sc. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Dr. Dearly, M. Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah mendampingi proses penulisan skripsi ini dengan arahan yang jelas, dukungan yang konsisten, serta keterbukaan dalam berdiskusi. Penulis sangat menghargai waktu dan perhatian yang diberikan sepanjang proses bimbingan.
6. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog selaku ketua sidang dan Bapak Dana Riksa Buana, Ph.D selaku dosen penguji atas masukan yang membangun dan saran-saran berharga yang turut mendukung jalannya penelitian ini.
7. Bapak Firman Alamsyah Ario Buntaran, MA., selaku Dosen Reviewer Seminar Proposal, atas masukan yang membangun dan saran-saran berharga yang turut mendukung jalannya penelitian ini.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu, pembelajaran, dan dukungan akademik yang telah membentuk pemahaman penulis selama masa studi.

9. Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana atas pelayanan dan dukungan administratif yang mempermudah penulis dalam menyelesaikan berbagai proses akademik.
10. Kedua Orang Tua Peneliti. Terima kasih atas dukungan yang konsisten dalam bentuk doa, motivasi, kemudahan, serta kepercayaan yang diberikan selama penulis menyelesaikan studi hingga tahap penyusunan skripsi.
11. Kepada Rekan - Rekan Satu Bimbingan Skripsi, yang selalu dapat bisa Penulis andalkan untuk menjadi tempat berdiskusi maupun tempat untuk bertanya, terima kasih atas kerja sama, dukungan, semangat, dan bantuannya sepanjang proses ini.
12. Kepada Teman - Teman Seperjuangan Penulis, yakni GPX dan Agent Mulet yang menjadi teman dalam melakukan suatu kegiatan seperti berolahraga dan bercerita ketika Penulis merasakan kejenuhan, terimakasih telah menjadi sebuah tempat dalam mengisi kejenuhan yang dialami oleh Penulis.
13. Kepada teman-teman Asisten Laboratorium Psikodiagnostik 2024/2025 (Lilly, Putri, Silmi, Tia, Susan) terima kasih untuk sudah menjadi tempat berkeluh kesah dan menjadi teman yang memacu motivasi Penulis untuk menjalani kegiatan di Perkuliahan serta menjadi teman yang membantu Penulis untuk Mengembangkan Diri, terima kasih sudah sabar menghadapi dan menemani penulis selama proses magang berlangsung serta terimakasih sudah menjadi teman yang mewarnai kehidupan Penulis khususnya di lingkungan Perkuliahan.
14. Kepada teman-teman Baru Penulis yang dipertemukan Pada saat sedang Menjalankan Penulisan skripsi ini, yakni Genk Roblok (Omdit, Andra, Depa, Vinka, Aura, Sacca, Cindy, Salma). Terimakasih sudah menjadi bagian dari Penulis dalam membuat Skripsi ini dari awal hingga akhir, terimakasih sudah menjadi teman yang *supportive* bagi Penulis, dan terimakasih sudah memberikan pengalaman yang sebelumnya tidak didapatkan oleh Penulis.
15. Kepada teman-teman Setia Penulis, yakni Majelis (Omdit, Andra, Vinka, Tabung, Iki, syahril, Nisa, Dijah). Terimakasih sudah sabar dalam mendengarkan keluh kesah penulis, terimakasih sudah menjadi teman yang dapat diandalkan bagi Penulis, dan terimakasih sudah menjadi bagian dari kehidupan Penulis.

16. Kepada Seluruh Responden Penelitian, yang telah berpartisipasi dengan terbuka dan bersedia meluangkan waktu di tengah kesibukan masing-masing.
17. Untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak berkontribusi dan memberikan dukungan untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
18. Kepada diri saya sendiri, Rafanji Apriansyah, terimakasih telah bertanggung jawab dengan semua pilihan yang telah dibuat, terimakasih untuk selalu mau berkembang dan tidak cepat puas dalam suatu hal, terimakasih telah bertahan dalam menjalani pilihan yang telah dibuat khususnya pada lingkungan perkuliahan meski terdapat tidak sedikit rintangan yang ditemui. Terimakasih untuk selalu percaya dengan diri sendiri bahwasannya semua dapat dilalui meskipun terlihat sulit dan tidak pernah dilalui sebelumnya.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.



Jakarta, 17 Januari 2026

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Rafanji Apriansyah

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rafanji Apriansyah

NIM : 46122010147

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan *Locus of Control* dengan *Escapism* Pada Individu Dewasa Awal yang Bermain *Game Online*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 27 Januari 2026

Yang menyatakan,



(Rafanji Apriansyah)

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN *LOCUS OF CONTROL* DENGAN *ESCAPISM* PADA INDIVIDU DEWASA AWAL YANG BERMAIN *GAME ONLINE*

RAFANJI APRIANSYAH

ABSTRAK

Sebagai individu dewasa awal yang rentan dalam mengalami tantangan kehidupan, pekerjaan, pendidikan dan hubungan antar individu lainnya, bermain *game online* berpotensi menjadi salah satu bentuk *escapism*. *Escapism* merupakan konsep psikologis yang menggambarkan kecenderungan individu untuk melarikan diri dari kenyataan atau dari tekanan emosional melalui keterlibatan dalam berbagai bentuk aktivitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dan *locus of control* dengan *escapism* pada individu dewasa awal yang bermain *game online*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan uji korelasi pearson. Partisipan dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik *purposive sampling* dengan jumlah akhir sebanyak 188 individu yang berusia 18-25 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah *Escapism Scale*, *General Self-Efficacy Scale* (GSES), dan Levenson's *Locus of Control Scale* (LLoCS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan dimensi *self-expansion* dan *self-suppression*. Selain itu, ketiga dimensi *locus of control* yakni *internality*, *power others*, dan *chance* juga menunjukkan hubungan positif dengan kedua dimensi *escapism* yakni *self-expansion* dan *self-suppression*.

Kata kunci : *Game Online*, *Dewasa Awal*, *Escapism*, *Self-Efficacy*, *Locus of Control*

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN *LOCUS OF CONTROL* DENGAN
ESCAPISM PADA INDIVIDU DEWASA AWAL YANG BERMAIN *GAME ONLINE***

RAFANJI APRIANSYAH

ABSTRACT

Early adulthood is a developmental period characterized by vulnerability to various life challenges, including those related to work, education, and interpersonal relationships, making online gaming a potential form of escapism. Escapism is a psychological construct that describes individuals' tendency to avoid reality or emotional distress through engagement in various activities. This study aimed to examine the relationships between self-efficacy, locus of control, and escapism among early adults who play online games. A quantitative method with a correlational design was employed, and Pearson correlation analysis was used. Participants were recruited using purposive sampling, resulting in a final sample of 188 individuals aged 18–25 years. The instruments used were the Escapism Scale, the General Self-Efficacy Scale (GSES), and Levenson's Locus of Control Scale (LLoCS). The results indicated positive relationships between self-efficacy and both dimensions of escapism, self-expansion and self-suppression. Furthermore, all three dimensions of locus of control ; internality, powerful others, and chance were positively associated with both escapism dimensions.

Keywords: *Online Gaming, Early Adulthood, Escapism, Self-Efficacy, Locus of Control*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	0
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	12
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	12
1.4.2 Manfaat Praktis.....	12
BAB II LANDASAN TEORI.....	14
2.1 <i>Escapism</i>.....	14
2.1.1 Pengertian <i>Escapism</i>.....	14
2.1.2 Dimensi <i>Escapism</i>.....	15
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Escapism</i>.....	16

2.2	<i>Self-Efficacy</i>	17
2.2.1	Pengertian <i>Self-Efficacy</i>	17
2.2.2	Dimensi <i>Self-Efficacy</i>	18
2.3	<i>Locus Of Control</i>	19
2.3.1	Pengertian <i>Locus Of Control</i>	19
2.3.2	Dimensi <i>Locus Of Control</i>	20
2.4	Penelitian Terdahulu	21
2.5	Dinamika Penelitian.....	36
2.6	Kerangka Berfikir	40
2.7	Hipotesis Penelitian	41
BAB III METODE PENELITIAN		42
3.1	Desain Penelitian	42
3.2	Populasi dan Sampel	42
3.2.1	Populasi.....	42
3.2.2	Sampel.....	42
3.3	Definisi Operasional.....	44
3.3.1	<i>Escapism</i> (Y).....	44
3.3.2	<i>Self-Efficacy</i> (X1)	44
3.3.3	<i>Locus of Control</i> (X2).....	44
3.4	Instrumen Penelitian.....	45
3.4.1	Alat Ukur <i>Escapism</i>	45
3.4.2	Alat Ukur <i>Self-Efficacy</i>	46
3.4.3	Alat Ukur <i>Locus of Control</i>	46
3.5	Validitas dan Reliabilitas.....	47
3.5.1	Validitas	47

3.5.2	Reliabilitas	52
3.6	Analisa Data.....	53
3.6.1	Analisa Deskriptif	53
3.6.2	Uji Normalitas	53
3.6.3	Uji Linearitas.....	54
3.6.4	Uji Hipotesis	54
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	56
4.1	Gambaran Umum Subjek	56
4.2	Analisis Deskriptif	58
4.3	Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	58
4.4	Uji Asumsi.....	63
4.4.1	Uji Normalitas	63
4.4.2	Uji Linearitas.....	68
4.5	Uji Hipotesis.....	71
4.5.1	Uji Korelasi.....	71
4.6	Uji Tambahan.....	72
4.6.1	Uji Beda.....	72
4.6.2	Analisis Uji Anova Satu Jalur (<i>One-Way Anova</i>).....	76
4.7	Diskusi	91
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	92
5.1	Kesimpulan	92
5.2	Keterbatasan Penelitian.....	93
5.3	Saran.....	93
5.3.1	Saran Teoritis	93
5.3.2	Saran Praktis.....	94
DAFTAR PUSTAKA		95



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	21
Tabel 3.1 Blueprint Escapism	45
Tabel 3.2 Blueprint Self-Efficacy	46
Tabel 3.3 Blueprint Locus of Control	47
Tabel 3.4 Hasil Analisis Indeks Aiken <i>Escapism Scale</i>	48
Tabel 3.5 Hasil Analisis Indeks Aiken <i>Locus of Control Scale</i>	48
Tabel 3.6 Hasil Analisa Item Escapism	49
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Escapism	49
Tabel 3.8 Hasil Analisa Item Self-Efficacy	50
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Self-Efficacy	50
Tabel 3.10 Hasil Analisa Item Locus of Control	50
Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas Locus of Control	51
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Escapism	52
Tabel 3.13 Hasil Uji Reliabilitas Self-Efficacy	52
Tabel 3.14 Hasil Uji Reliabilitas Locus of Control	53
Tabel 3.15 Kriteria Tingkat Kekuatan Korelasi.....	55
Tabel 4.1 Data Jenis Kelamin Responden	56
Tabel 4.2 Data Usia Responden.....	56
Tabel 4.3 Data Jenis Game Online Responden.....	57
Tabel 4.4 Analisis Deskriptif Responden	58
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi	59
Tabel 4.6 Distribusi Kategori Frekuensi.....	59
Tabel 4.7 Mean Empirik Berdasarkan Kategori Demografi	60
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas Dimensi Self-Expansion dan Self-Suppression dengan Self-Efficacy	68
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Dimensi Self-Expansion dan Self-Suppression dengan Dimensi Internality	69
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Dimensi Self-Expansion dan Self-Suppression dengan Dimensi Power Others.....	70
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas Dimensi Self-Expansion dan Self-Suppression dengan Dimensi Chance.....	70
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi	71
Tabel 4.13 Tabel Uji Beda Berdasarkan Demografi (Jenis Kelamin)	72
Tabel 4.14 Tabel Uji Beda Berdasarkan Demografi (Pendidikan Terakhir)	74
Tabel 4.15 Tabel Uji Analisis Uji Anova Satu Jalur (One-Way Anova) Pada Status Pekerjaan ..	76
Tabel 4.16 Tabel Uji Post Hoc LSD Pada Status Pekerjaan.....	77
Tabel 4.17 Tabel Uji Analisis Uji Anova Satu Jalur (One-Way Anova) Pada Jenis Game Online	78
Tabel 4.18 Tabel Uji Post Hoc LSD Pada Jenis Game Online.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Normal Q-Q Plot Dimensi Self-Expansion.....	64
Gambar 4.2 Normal Box Plot Dimensi Self-Expansion.....	64
Gambar 4.3 Normal Q-Q Plot Dimensi Self-Suppression.....	64
Gambar 4.4 Box Plot Dimensi Self-Suppression.....	65
Gambar 4.5 Normal Q-Q Plot Variabel Self-Efficacy.....	65
Gambar 4.6 Box Plot Variabel Self-Efficacy.....	65
Gambar 4.7 Normal Q-Q Plot Dimensi Internality.....	66
Gambar 4.8 Box Plot Dimensi Internality.....	66
Gambar 4.9 Normal Q-Q Plot Dimensi Power Others.....	66
Gambar 4.10 Box Plot Dimensi Power Others.....	67
Gambar 4.11 Normal Q-Q Plot Dimensi Chance.....	67
Gambar 4.12 Box Plot Dimensi Chance.....	67
Gambar 4.13 Scatterplot Linearitas Variabel Self-Efficacy dengan Dimensi Self-Suppression...69	69



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Expert Judgement</i>	99
Lampiran 2 Hasil Review Proposal Tugas Akhir	109
Lampiran 3 Uji Etik KPIN	111
Lampiran 4 Kuesioner.....	112
Lampiran 5 <i>Flyer</i> dan <i>Google Form</i> Kuesioner Penelitian	123
Lampiran 6 Hasil Olah Data Penelitian	124
Lampiran 7 Hasil Uji Plagiarisme.....	137
Lampiran 8 Biografi Penulis.....	138

