HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN JUDI ONLINE PADA MAHASISWA PERANTAUAN DI IAIN LANGSA

SKRIPSI

Oleh:

MUHAMMAD HARIDSAH Z
3022020058

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial
Program Studi Bimbingan Konseling



FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) LANGSA
2025 M / 1446 H

LEMBAR PENGESAHAN

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos) Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

MUHAMMAD HARIDSAH Z
3022020058

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Marimbun, M.Pd	**Syiva fitria, M.Sc**
NIP: 198811242019031004	**NIP: 199302282019032018**

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN JUDI ONLINE PADA MAHASISWA PERANTAUAN DI IAIN LANGSA

Telah Dinilai Oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa dan Dinyatakan Lulus serta Diterima Sebagai Tugas Beban Studi Program Sarjana (S-1) Dalam Bimbingan dan Konseling Islam

Pada Hari/ Tanggal

Kamis : 07 Agustus 2025 M
13 Shafar 1447 H

PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Ketua,	Sekretaris
Marimbun, M.Pd	**Syiva Fitria, M.Sc**
NIP. 198811242019031004	NIP. 199302282019032018
Penguji I	Penguji II
Wan Chalidaziah, M.Pd	**Sabrida M Ilyas, M.Ed**
NIP. 199220622019032018	NIP. 197401052023212010

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
IAIN Langsa

Dr. Mawardi, S.Pd.I., M.S.I
NIP. 19740510 201411 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama	**: Muhammad Haridsah Z**
Nim	**: 3022020058**
Fakultas / Prodi	**: FUAD / Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)**
Alamat	**: Lorong Utama 2, PB Seuleumak, Langsa Baro**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang ditulis dengan judul "***Hubungan kontrol diri dengan kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan di IAIN Langsa***" untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan merupakan hasil karya saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapatdibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima segala sanksi yang diberikan atas perbuatan saya tersebut.

Langsa, 20 mei 2025

Yang membuat pernyataan



Muhammad Haridsah Z

NIM. 3022020058

MOTTO

“JATUH ADALAH BAGIAN DARI PERJALANAN, BANGKIT ADALAH BUKTI DARI KEBERANIAN”

“SEMBILAN BULAN IBUKU MERAKIT TUBUHKU UNTUK MENJADI MESIN PENGHANTAM BADAI, MAKA TAK PANTAS AKU TUMBANG HANYA KARENA RINTIK KECIL”

MUHAMMAD HARIDSAH Z

ABSTRAK

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN BERMAIN JUDI ONLINE PADA MAHASISWA PERANTAUAN DI IAIN LANGSA

Fenomena kecanduan judi online di kalangan mahasiswa perantauan menjadi perhatian serius dalam era digital saat ini. Mahasiswa yang hidup jauh dari keluarga menghadapi tekanan adaptasi lingkungan, akademik, dan sosial yang dapat memicu perilaku adiktif, termasuk judi online. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kontrol diri, gambaran tingkat kecanduan, dan hubungan antara kontrol diri dan kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan di IAIN Langsa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 50 mahasiswa perantauan yang dipilih menggunakan teknik snowball sampling. Instrumen yang digunakan meliputi skala kontrol diri dan skala kecanduan judi online yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil analisis data menunjukkan tingkat kontrol diri masuk dalam ketegori sedang sebanyak 23 orang, dan tingkat kecanduan juga termasuk dalam ketegori sedang sebanyak 35 orang, dan hasil analisi data menujukkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan judi online ($r = -0{,}800$, $p < 0{,}01$). Artinya, semakin tinggi tingkat kontrol diri seseorang, maka semakin rendah kecenderungannya untuk terlibat dalam judi online. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya penguatan kontrol diri sebagai strategi preventif dalam menangani kecanduan judi online, serta perlunya intervensi konseling di lingkungan kampus untuk mendukung ketahanan psikologis mahasiswa perantauan.

Kata kunci : hubungan, kontrol diri, kecanduan judi online, mahasiswa perantauan

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND ONLINE GAMBLING ADDICTION IN STUDENTS AWAY FROM AWAY AT IAIN LANGSA

The phenomenon of online gambling addiction among migrant students has become a serious concern in today's digital era. Students living away from their families face various adaptation pressures, including environmental, academic, and social challenges, which can trigger addictive behaviors such as online gambling. This study aims to examine the description of self-control levels, the description of online gambling addiction levels, and the relationship between self-control and online gambling addiction among migrant students at IAIN Langsa. The research method used is a quantitative correlational approach with a sample of 50 migrant students selected using the snowball sampling technique. The instruments used include a self-control scale and an online gambling addiction scale, both of which have been tested for validity and reliability. The results of data analysis show that 23 students fall into the moderate category for self-control, while 35 students are in the moderate category for gambling addiction. Furthermore, the data analysis indicates a very strong and significant negative relationship between self-control and online gambling addiction ($r = -0.800$, $p < 0.01$). This means that the higher an individual's self-control, the lower their tendency to engage in online gambling. This study emphasizes the importance of strengthening self-control as a preventive strategy in addressing online gambling addiction, as well as the need for counseling interventions in the campus environment to support the psychological resilience of migrant students.

Keywords: relationships, self-control, online gambling addiction, students living away from home

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Judi Online pada Mahasiswa Perantauan di IAIN Langsa"** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, IAIN Langsa. Skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ismail Fahmi Arrauf Nasution, MA sebagai Rektor pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Langsa.
2. Bapak Dr. T. Wildan, MA sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Langsa.
3. Bapak Marimbun, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
4. Bapak Marimbun, M.Pd., selaku Pembimbing I dan Ibu Syiva Fitria, M.Sc., selaku Pembimbing II, yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan masukan berharga selama proses penulisan skripsi ini.
5. Penasihat Akademik penulis yang telah memberikan banyak bimbingan selama ini.
6. Ayah dan umi tercinta, yang selalu memberikan doa, dukungan moral dan material, serta menjadi sumber semangat utama dalam setiap langkah penulis.
7. Seluruh rekan dan sahabat yang selalu menemani peneliti dalam menuliskan skripsi ini.
8. Seluruh responden mahasiswa perantauan di IAIN Langsa, yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik secara akademis maupun praktis. Penulis sangat menghargai segala kritik dan saran yang di berikan oleh pembaca.

Langsa, 15 Januari 2025

Peneliti,



Muhammad haridsah Z

NIM. 3022020058

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN i

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ii

MOTTO iii

ABSTRAK iv

ABSTRACT v

KATA PENGANTAR vi

DAFTAR ISI viii

DAFTAR TABEL x

DAFTAR LAMPIRAN xi

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 6

C. Rumusan Masalah 6

D. Tujuan Penelitian 7

E. Manfaat Penelitian 7

F. Sistematika Penulisan 8

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 10

A. Kerangka Teoritis 10

1. Kontrol diri 10

2. Judi online 14

B. Penelitian yang Relevan 26

C. Kerangka Konseptual 27

D. Hipotesis 28

BAB III METODE PENELITIAN 29

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 29
B. Tempat dan Waktu Penelitian 29
C. Identifikasi Variabel 30
D. Definisi Operasional 30
E. Populasi dan Sampel 32
F. Teknik Pengumpulan Data 34
G. Pengembangan Instrumen Penelitian 35
H. Pelaksanaan Skoring 39
I. Prosedur Pelaksanaan Penelitian 41
J. Teknik Analisa Data 41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 46
A. Karakteristik objek penelitian 46
B. Analisis data dan hasil penelitian 50
C. Pembahasan 58
BAB V PENUTUP 65
A. Kesimpulan 65
B. Saran 66
DAFTAR PUSTAKA 67

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 jumlah populasi 33
Tabel 3. 2 Indikator Kuesioner 36
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas 38
Tabel 3. 4 Uji Reliabilitas 39
Tabel 3. 5 Ketentuan Penskoran 40
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Butir Instrumen 40
Tabel 4. 1 jenis kelamin 46
Tabel 4. 2 usia 47
Tabel 4. 3 asal daerah 48
Tabel 4. 4 lama merantau 48
Tabel 4. 5 program studi/fakultas 49
Tabel 4. 6 Analisis kontrol diri 50
Tabel 4. 7 mean dan std deviation kontrol diri 51
Tabel 4. 8 analisis kecanduan judi online 52
Tabel 4. 9 mean dan std deviation kecanduan 53
Tabel 4. 10 uji analisis statis deskriptif 54
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas 55
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas 56
Tabel 4. 13 Pedoman Kekuatan Hubungan 57
Tabel 4. 14 Hasil Uji Hipotesis 57

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 instrumen penelitian 69
LAMPIRAN 2 Kuesioner Penelitian 70
LAMPIRAN 3 Hasil Data Kuesioner kontrol diri 72
LAMPIRAN 4 Hasil Data Kuesioner kecanduan judi online 74
LAMPIRAN 5 Hasil Analisis Deskriptif 77
LAMPIRAN 6 HASIL UJI ASUMSI KLASIK 78
LAMPIRAN 7 HASIL UJI VALIDITAS 80
LAMPIRAN 8 HASIL UJI REABILITAS 84
LAMPIRAN 9 DOKUMENTASI 85
LAMPIRAN 10 DAFTAR RIWAYAT HIDUP 86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam era digital seperti sekarang, teknologi informasi telah memberikan dampak besar terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk di dalamnya pola perilaku dan interaksi sosial di kalangan masyarakat[1]. Saat ini, akses jaringan internet telah mencapai segala kalangan dan lapisan masyarakat, termasuk orang dewasa, remaja, dan bahkan anak-anak, yang telah memahami prinsip teknologi internet[2]. Ada banyak alasan mengapa banyak individu merasa bahwa hidup mereka menjadi lebih sederhana berkat layanan internet. Internet memberikan kemudahan dalam berbagai aspek kehidupan manusia, seperti dalam pendidikan, ekonomi, interaksi sosial, akses informasi, dan tentu saja, komunikasi[3]. Internet memang telah memberikan banyak kemudahan dalam kehidupan manusia. Namun, dengan perkembangan zaman, semakin banyak penggunaan internet yang berpotensi untuk disalahgunakan oleh pihak-pihak tertentu demi mencari keuntungan pribadi[4].

Menurut Walt Rostow dan Daniel Lerner menyampaikan bahwa di masa yang akan datang, pola perilaku institusi dan individu akan bergantung pada penggunaan teknologi dengan tujuan menjaga pembangunan yang

[1] Nasrullah, R. (2017*). Teori dan Riset Media Siber (Cybermedia)*. Jakarta: Kencana.
[2] Castells, M. (2010). *The Rise of the Network Society*. Oxford: Blackwell.
[3] Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books.
[4] Nugroho, Y. (2012). *Public Engagement in the Information Society*. Jakarta: Kominfo.

berkelanjutan, termasuk perkembangan ekonomi dan kualitas kehidupan manusia[5]. Teknologi dianggap sebagai gambaran masa depan, di mana peran teknologi adalah untuk mengakomodasi kemudahan dalam hampir semua aspek aktivitas manusia, mulai dari kegiatan ekonomi, interaksi sosial, hingga dimensi budaya[6].

Salah satu dampak dari kemajuan teknologi dan komunikasi saat ini adalah terlihat dalam bentuk perjudian online, yang juga dikenal sebagai judi online[7]. Pada awalnya, teknologi hanya memungkinkan adanya permainan atau game online yang dapat diakses melalui smartphone yang terhubung dengan internet. Namun, seiring berjalannya waktu, hal ini telah berkembang menjadi bentuk perjudian yang dapat menghasilkan keuntungan bagi para pemainnya, yang dikenal sebagai judi online. Perjudian merupakan bentuk aktivitas taruhan yang melibatkan penggunaan uang, di mana pemenang akan mendapatkan seluruh jumlah taruhan yang ditaruhkan[8]. Dalam perjudian, elemen keberuntungan memainkan peran penting bagi para pemain, dan mereka yang mengalami kekalahan harus menerima kerugian finansial yang telah mereka pertaruhkan.

Salah satu fenomena yang semakin mencuat adalah kecanduan judi online. Fenomena ini berkembang pesat di kalangan mahasiswa perantauan

---

[5] Rostow, W. W., & Lerner, D. (1964). *The Stages of Economic Growth: A Non-Communist Manifesto*. Cambridge University Press.

[6] Toffler, A. (1980). *The Third Wave*. New York: Bantam Books.

[7] Yusuf, A. (2021). "*Perkembangan Game Online Menjadi Perjudian Online*." *Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 6(1), 88–97.

[8] Hurlock, E. (2012). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

yang seringkali jauh dari keluarga dan lingkungan sosial yang mendukung[9]. Mahasiswa perantauan menghadapi tantangan yang lebih besar dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga. Mereka dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan baru, mengatasi tekanan akademik, serta mengelola kehidupan finansial dengan lebih mandiri [10].Tekanan ini, jika tidak dikelola dengan baik, dapat memicu stres yang tinggi, kecemasan, dan bahkan depresi. Dalam upaya untuk meredakan tekanan tersebut, tidak sedikit mahasiswa yang kemudian terjerumus dalam aktivitas yang dianggap dapat memberikan hiburan instan, seperti judi online[11]. Judi online dianggap oleh sebagian mahasiswa sebagai jalan pintas untuk mendapatkan keuntungan finansial dengan cepat, yang pada akhirnya dapat berubah menjadi kebiasaan dan kecanduan yang sulit dikendalikan.

Kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan merupakan masalah serius yang dapat mengganggu berbagai aspek kehidupan mereka, baik dari segi akademik, kesehatan mental, hingga hubungan sosial[12]. Dampak negatif dari kecanduan judi online meliputi penurunan prestasi akademik, masalah keuangan yang semakin parah, serta meningkatnya risiko gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan berlebih. Mereka yang sudah terjerat dalam kecanduan ini sering kali mengalami kesulitan dalam

[9] Sari, N. (2020). "*Fenomena Judi Online di Kalangan Mahasiswa*." *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 5(1), 22–33.

[10] Sudirman, T. (2019). *Dampak Penggunaan Internet terhadap Perilaku Kecanduan Judi Online pada Mahasiswa. Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 15(2), h.230

[11] Setiawan, R. (2020*). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Mahasiswa dalam Kecanduan Judi Online. Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(4), h.356

[12] Marlina, L. (2022). "Dampak Judi Online terhadap Perilaku Mahasiswa." *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(2), 45–57.

mengontrol keinginan untuk berjudi, bahkan ketika mereka menyadari dampak negatif yang diakibatkan oleh tindakan tersebut[13]. Kondisi ini dapat semakin memburuk karena mahasiswa perantauan cenderung memiliki keterbatasan dukungan sosial dan emosional dibandingkan dengan mereka yang tinggal bersama keluarga.

Kontrol diri yang baik memungkinkan individu untuk berpikir rasional dan mengambil keputusan yang tepat dalam situasi yang penuh tekanan, sedangkan kontrol diri yang lemah cenderung membuat seseorang lebih mudah terjebak dalam perilaku impulsif dan tidak mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka[14]. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri yang rendah pada mahasiswa perantauan memiliki korelasi yang signifikan dengan tingginya kecenderungan mereka untuk terlibat dalam aktivitas judi online[15]. Hal ini sejalan dengan temuan Putri dan Santoso yang menyatakan bahwa mahasiswa yang tidak mampu mengendalikan dorongan emosional mereka cenderung lebih mudah jatuh ke dalam kebiasaan berjudi online sebagai cara untuk mengatasi stres atau tekanan akademik[16].

---

[13] Putri, A., & Santoso, B. (2018). *Dampak Kecanduan Judi Online terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa di Kota Surabaya. Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), h.45

[14] 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.

[15] Rahayu, D. (2021). *Korelasi antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Berjudi Online pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi Terapan*, 11(1), h.78

[16] Putri, A., & Santoso, B. (2020*). Stres Akademik dan Kecenderungan Berjudi Online di Kalangan Mahasiswa. Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), h.120

Lebih lanjut, studi oleh Wibowo menemukan bahwa intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan kontrol diri dan pengembangan strategi coping yang adaptif dapat secara signifikan menurunkan tingkat kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan[17]. Kontrol diri merupakan salah satu faktor kunci yang memainkan peran penting dalam mencegah perilaku adiktif, termasuk kecanduan judi online. Kontrol diri dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan, emosi, serta tindakan yang mungkin menggoda mereka untuk melakukan sesuatu yang merugikan. Kesadaran akan pentingnya kontrol diri menjadi semakin relevan ketika melihat peningkatan jumlah kasus kecanduan judi online yang dilaporkan di kalangan mahasiswa perantauan selama beberapa tahun terakhir. Dalam konteks ini, penting untuk menyoroti bahwa masalah kecanduan judi online tidak hanya berdampak pada aspek individual, tetapi juga mempengaruhi stabilitas sosial dan finansial mahasiswa perantauan. Berbagai upaya preventif yang bertujuan untuk mengembangkan kontrol diri dan pengelolaan emosi yang baik pada mahasiswa sangatlah krusial untuk meminimalisir risiko kecanduan judi online. Program-program pelatihan yang difokuskan pada peningkatan keterampilan manajemen stres, pengembangan kecerdasan emosional, serta peningkatan kontrol diri merupakan langkah yang dapat membantu mahasiswa perantauan dalam menghadapi godaan berjudi online secara lebih efektif[18]. Berdasarkan

[17] Wibowo, R. (2023). "*Intervensi Psikologis untuk Mengurangi Kecanduan Judi Online." Jurnal Psikologi Terapan*, 15(1), 44–59.

[18] Wibowo, A. (2018). *Pengaruh Intervensi Psikologis dalam Mengurangi Kecanduan Judi Online pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi Klinis*, 14(4), h.412

pemaparan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "***Hubungan kontrol diri dengan kecanduan bermain judi online pada mahasiswa perantauan di IAIN Langsa"***

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, terdapat masalah-masalah yang berkaitan dengan penelitian ini. Masalah tersebut diidentifikasikan sebagai berikut di bawah ini:

1. Adanya mahasiswa perantauan yang terlibat judi online
2. Kontrol diri dapat meminimalisir kecanduan judi online
3. Adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan judi online

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti sampaikan di atas maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu sebagai berikut yang dijelaskan dibawah ini:

1. Bagaimana gambaran tingkat kontrol diri pada mahasiswa perantauan?
2. Bagaimana gambaran tingkat kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan?

Apa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan tingkat kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan?

D. Tujuan Penelitian

Menurut rumusan masalah tersebut, maka tujuan dari pelaksanaan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui gambaran kondisi mahasiswa perantauan yang kecanduan bermain judi online.
2. Untuk mengetahui gambaran kontrol diri pada mahasiswa perantauan yang kecanduan bermain judi online.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan bermain judi online pada mahasiswa perantauan.

E. Manfaat Penelitian

Penulis mengharapkan penelitian ini dapat memberikan hasil yang bermanfaat, sejalan dengan tujuan penelitian diatas. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berguna baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan bimbingan konseling dan psikologi, mengenai adakah hubungan antara kontrol diri terhadap kecanduan bermain judi online pada Mahasiswa perantauan

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah bahwa salah satu faktor kecanduan bermain judi online pada Mahasiswa perantauan yaitu disebabkan oleh kontrol diri.

F. Sistematika Penulisan

Pembahasan yang terdapat pada penelitian ini terdiri dari lima bab dan pada setiap bab berisi beberapa sub bab dengan penjelasan sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kegunaan dan penjelasan Istilah, kerangka, penelitian terdahulu dan sistematika pembahasan.

BAB II : Landasan teori yaitu berisi tentang pengertian kontrol diri, kecanduan judi online, dan mahasiswa perantauan. Teori yang dipakai dalam penelitian ini adalah teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh albert bandura yang mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk memonitor dan mengatur perilakunya berdasarkan standar pribadi atau sosial yang telah ditetapkan, sedangkan teori kecanduan judi online dikemukakan oleh Young Mengkaji kecanduan internet, termasuk perjudian online, dan mengaitkannya dengan masalah psikologis seperti depresi dan gangguan kontrol impuls. Kerangka konseptual nya berfokus pada hubungan kontrol diri pada variabel (X) dengan kecanduan judi online pada variabel(Y). Hipotesis dalam penelitian ini adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan judi online. Di mana semakin tinggi kecanduan judi online, maka semakin rendah kontrol dirinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi kecanduan judi online nya.

BAB III : Tentang metode penelitian meliputi jenis penelitian waktu dan tempat penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB IV : Berisi Hasil penelitian dan analisis data yang keterkaitannya dengan judul yang di angkat dalam penulisan ini.

BAB V : Bab penutup meliputi kesimpulan, saran dan kata penutup. Kemudian pada bagian akhir skripsi ini meliputi daftar pustaka, lampiran, dan daftar riwayat hidup.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik objek penelitian

Karakteristik objek penelitian merupakan atribut khusus yang dimiliki oleh objek penelitian yang dapat diamati, diukur, atau dianalisis untuk menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian**.** Penelitian ini melibatkan 50 orang mahasiswa perantauan di IAIN Langsa sebagai responden. Karakteristik responden memiliki syarat pernah bermain judi online dan dijelaskan berdasarkan jenis kelamin dan usia untuk memberikan gambaran umum mengenai latar belakang demografis mereka.

1. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil pengumpulan data, diketahui bahwa mayoritas responden adalah mahasiswa laki-laki, yaitu sebanyak 50 orang atau 100% dari total responden. Sementara itu, mahasiswa perempuan berjumlah 0 orang atau tidak ada. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh partisipan penelitian ini adalah laki-laki, yang memiliki akses atau kecenderungan tinggi terhadap aktivitas bermain judi online.

Tabel 4. 1 jenis kelamin

Jenis kelamin	**Frekuensi**	**persentase**
Laki laki	50	100%
Perempuan	0	0%
Jumlah	50	100%

2. Usia

Dari data yang diperoleh, sebagian besar responden berada pada rentang usia 21 hingga 23 tahun, yaitu sebanyak 36 orang atau sekitar (72%). Selanjutnya, responden berusia 24 hingga 25 tahun sebanyak 9 orang (18%), dan usia 18 hingga 20 tahun sebanyak 5 orang (10%). Rentang usia ini mencerminkan kelompok usia mahasiswa aktif yang sedang berada dalam masa transisi menuju kedewasaan, di mana kontrol diri dan pengambilan keputusan sangat krusial.

Tabel 4. 2 usia

Usia	**Frekuensi**	**Persentase**
18-20	5	10%
21-23	36	72%
24-25	9	18%
Jumlah	50	100%

3. Asal daerah

Responden berasal dari berbagai kabupaten dan kota di luar Kota Langsa. Asal daerah yang paling banyak diwakili adalah dari wilayah Aceh Timur, Lhoksemawe, Aceh tamiang, langkat, medan, banda aceh, dan takengon. Keberagaman daerah asal ini mencerminkan bahwa mahasiswa perantauan yang kuliah di IAIN Langsa memiliki latar belakang budaya dan sosial yang berbeda, yang dapat mempengaruhi gaya hidup dan tantangan selama merantau.

Tabel 4. 3 asal daerah

Asal daerah	**frekuensi**	**persentase**
Aceh timur	24	48%
Lhoksemawe	9	18%
Aceh tamiang	8	16%
Langkat	8	16%
Medan	4	8%
Banda aceh	3	6%
Takengon	1	2%
Jumlah	50	100%

4. Lama merantau

Sebagian besar responden telah merantau selama 3-4 tahun (62%), disusul oleh yang baru merantau selama 1-2 tahun (36%) dan lebih dari 4 tahun (18%). Semakin lama seseorang merantau, maka semakin tinggi pula tuntutan untuk memiliki kontrol diri dalam menghadapi kebebasan dan godaan di lingkungan baru, agar terhindar dari kecanduan terhadap aktivitas bermain judi online.

Tabel 4. 4 lama merantau

Lama merantau	**frekuensi**	**Persentase**
1-2 tahun	18	36%
3-4 tahun	31	62%
>4 tahun	9	18%
Jumlah	50	100%

5. Program Studi

Responden dalam penelitian ini berasal dari berbagai program studi di IAIN Langsa. Pemilihan program studi bersifat acak dan tidak dibatasi pada satu jurusan tertentu. Hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran umum mengenai hubungan antara kontrol diri dan kecanduan judi online di kalangan mahasiswa perantauan, tanpa membatasi pada latar belakang akademik tertentu. Pendekatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan keberagaman data serta memberikan hasil yang lebih representatif terhadap kondisi mahasiswa perantauan secara keseluruhan.

Tabel 4. 5 program studi/fakultas

Fakultas	**Frekuensi**	**Persentase**
Febi	25	50%
Syariah	19	38%
Fuad	6	12%
Jumlah	50	100%

- **FEBI (Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam):** Termasuk ekonomi syariah, perbankan syariah, manajemen keuangan syariah, manajemen zakat dan wakaf.
- **SYARIAH:** Termasuk hukum ekonomi syariah, hukum tata negara, hukum keluarga islam, hukum pidana islam.
- **FUAD (Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah):** Termasuk Komikasi penyiaran islam, bimbingan konseling islam, psikologi islam, dll.

B. Analisis data dan hasil penelitian

Analisis data dan hasil penelitian adalah proses sistematis untuk mengolah, menginterpretasikan, dan menyajikan data yang diperoleh dari penelitian guna menjawab rumusan masalah, menguji hipotesis, dan mencapai tujuan penelitian.

1. Analisis data deskriptif

a. Kontrol diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa perantauan di IAIN Langsa bervariasi mulai dari rendah hingga tinggi. Untuk memperjelas distribusi tingkat kontrol diri mahasiswa, dilakukan kategorisasi ke dalam tiga tingkat: rendah, sedang, dan tinggi, sebagaimana ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 6 Analisis kontrol diri

Kategori	Rentang Skor	Jumlah Mahasiswa	Persentase (%)
Rendah	8–17	8	16%
Sedang	18–31	23	46%
Tinggi	32–40	19	38%

Dari table diatas menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa perantauan berada pada tingkat kontrol diri sedang sebanyak 23 orang (46%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kapasitas menengah dalam mengendalikan emosi, dorongan, dan pengambilan keputusan. Namun, kemampuan tersebut belum

cukup optimal untuk melindungi diri dari pengaruh perilaku impulsif, termasuk kecenderungan berjudi online.

Sebanyak 19 orang (38%) memiliki kontrol diri tinggi, yaitu individu yang cenderung lebih stabil secara emosional dan mampu menghindari aktivitas negatif seperti perjudian online.

Sementara itu, 8 orang (16%) masuk dalam kategori kontrol diri rendah, menandakan lemahnya kemampuan dalam mengatur tindakan dan resistensi terhadap godaan sesaat. Kelompok ini merupakan populasi yang paling rentan terhadap perilaku menyimpang.

Tabel 4. 7 mean dan std deviation kontrol diri

Statistics		
Skor		
N	Valid	50
	Missing	0
Mean		25.76
Std. Deviation		8.113
Minimum		8
Maximum		40

Berdasarkan hasil analisis statis deskriptif, diperoleh rata-rata skor kontrol diri sebesar 25,76 dari skor maksimum 40, dengan nilai minimum 8, maksimum 40, dan standar deviasi 8,113.

b. Kecanduan judi online

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecanduan pada mahasiswa perantauan di IAIN Langsa bervariasi mulai dari rendah hingga tinggi. Untuk memperjelas distribusi tingkat kecanduan mahasiswa perantauan, dilakukan kategorisasi ke dalam tiga tingkat: rendah, sedang, dan tinggi, sebagaimana ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 8 analisis kecanduan judi online

Kategori	**Rentang Skor**	**Jumlah Mahasiswa**	**Persentase (%)**
Rendah	8–17	10	28%
Sedang	18–31	35	70%
Tinggi	32-40	5	10%

Dari table diatas memperlihatkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada tingkat kecanduan sedang sebanyak 35 orang (70%). Ini mengindikasikan bahwa mereka telah cukup sering melakukan perjudian online dan mulai menunjukkan kesulitan dalam mengontrolnya. Mereka mungkin belum kehilangan kendali sepenuhnya, tetapi aktivitas tersebut sudah berdampak pada aspek kehidupan lainnya, seperti kerugian finansial dan gangguan pada akademik.

Sebanyak 10 mahasiswa (28%) berada pada kategori kecanduan rendah, yang kemungkinan baru dalam tahap eksplorasi atau coba-coba, meskipun tetap berisiko meningkat jika tidak dikendalikan.

Sementara 5 mahasiswa (10%) berada pada kategori kecanduan tinggi, yang berarti telah mengalami dampak signifikan dari kebiasaan berjudi. Mereka cenderung mengalami gejala psikologis dan sosial yang lebih berat, seperti stres, ketergantungan, dan penurunan prestasi.

Tabel 4. 9 mean dan std deviation kecanduan

Statistics		
skor		
N	Valid	50
	Missing	0
Mean		23.00
Std. Deviation		6.836
Minimum		8
Maximum		32

Berdasarkan hasil analisis statis deskriptif, diketahui bahwa rata-rata skor kecanduan judi online mahasiswa perantauan adalah 23,00 dari skor maksimum 32, dengan nilai minimum 8, maksimum 32, dan standar deviasi 6,836.

c. Hubungan kontrol diri dengan kecanduan judi online

Hasil analisis statistik deskriptif merupakan yang dilakukan untuk melihat Gambaran data secara umum seperti nilai rata rata(mean), tertinggi(max), terendah(min), dan standart deviasi masing masing variable yaitu (X) Kontrol diri dan (Y) kecanduan judi online.

Mengenai hasil uji statistik deskriptif penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 10 uji analisis statis deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	**Minimum**	**Maximum**	**Mean**	**Std. Deviation**
KONTROL DIRI	**50**	**8**	**40**	**25.76**	**8.113**
KECANDUAN JUDI ONLINE	**50**	**8**	**32**	**23.00**	**6.836**
Valid N (listwise)	**50**				

Berdasarkan hasil uji deskriptif diatas, dapat digambarkan distribusi data yang didapat oleh peneliti adalah:

1. Rata-rata skor kontrol diri responden adalah 25,76 dari skor maksimal 40.
2. Rata-rata skor kecanduan judi online adalah 23,00 dari skor maksimal 32.
3. SD (*Standart deviation)* skor kontrol diri sebesar 8,113, sedangkan SD (*Standart deviation)* skor kecanduan judi online sebesar 6,836. Nilai-nilai ini mencerminkan adanya perbedaan individual yang cukup nyata dalam kemampuan mengendalikan diri dan tingkat keterlibatan dalam judi online

2. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik adalah serangkaian pengujian statistik yang digunakan untuk memastikan bahwa data memenuhi syarat untuk dianalisis dengan regresi linear.

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal. Prosedur uji normalitas dilakukan dengan uji kolmogorov smirnov. Jika nilai signifikansi uji kolmogorov smirnov > 0.05 (5%), maka dapat disimpulkan bahwa residual model regresi berdistribusi normal.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		**50**
Normal Parameters[a,b]	**Mean**	**.0000000**
	Std. Deviation	**4.09876565**
Most Extreme Differences	**Absolute**	**.125**
	Positive	**.090**
	Negative	**-.125**
Kolmogorov-Smirnov Z		**.883**
Asymp. Sig. (2-tailed)		**.417**
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Uji normalitas pada tabel di atas ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,417 lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear antara variabel X dan variabel Y. Berdasarkan hasil uji dengan metode *ANOVA*, nilai signifikansi >

0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linear dan memenuhi asumsi linearitas. Adapun hasil uji linearitas dapat dilihat di bawah ini:

Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KECANDUAN JUDI ONLINE * KONTROL DIRI	Between Groups	(Combined)	1876.033	21	89.335	6.042	.000
		Linearity	1466.806	1	1466.806	99.212	.000
		Deviation from Linearity	409.227	20	20.461	1.384	.210
	Within Groups		413.967	28	14.785		
	Total		2290.000	49			

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa signifikansi uji liniearitas 0,210 dan di atas 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data linier.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel kontrol diri dan kecanduan judi online. Pengujian dilakukan menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment melalui bantuan software SPSS. Jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,05, maka hipotesis alternatif (Ha) diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Jika nilai Sig. ≥ 0,05, maka hipotesis nol (Ho) diterima, artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan.

Adapun pedoman untuk melihat kekuatan hubungan menurut Sugiyono dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 4. 13 Pedoman Kekuatan Hubungan

No	Nilai Korelasi	Tingkat Hubungan
1	0,00 – 0,199	Sangat Lemah
2	0,20 – 0,399	Lemah
3	0,40 – 0,599	Cukup
4	0,60 – 0,799	Kuat
5	0,80 – 0,100	Sangat Kuat

Selain itu, arah hubungan ditentukan berdasarkan nilai koefisien korelasi. Jika nilainya positif, berarti hubungan searah (semakin tinggi X, semakin tinggi Y). Jika nilainya negatif, berarti hubungan tidak searah (semakin tinggi X, semakin rendah Y).

Adapun hasil uji hipotesis dapat dilihat dibawah ini pada table :

Tabel 4. 14 Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		kontrol diri	kecanduan
kontrol diri	Pearson Correlation	1	-.800**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
kecanduan	Pearson Correlation	-.800**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai Sig. (2-tailed) = 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan

kecanduan judi online. Dengan demikian, Ha diterima dan Ho ditolak.

Nilai koefisien korelasi sebesar -0,800 menunjukkan bahwa hubungan antar variabel bersifat sangat kuat dan negatif. Artinya, semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka semakin rendah kecenderungan untuk mengalami kecanduan judi online. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri, maka kecenderungan terhadap kecanduan judi online semakin tinggi.

Dengan hasil ini, hipotesis yang menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan kecanduan judi online dinyatakan diterima.

C. Pembahasan

1.Tingkat kontrol diri mahasiswa perantauan di iain langsa

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur dorongan, mengendalikan emosi, serta mempertimbangkan konsekuensi sebelum mengambil keputusan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa perantauan di IAIN Langsa bervariasi, dengan mayoritas berada pada kategori sedang sebanyak 23 orang (46%). Kemudian, terdapat 19 orang (38%) dalam kategori tinggi, dan 8 orang (16%) masuk ke dalam kategori rendah.

Kategori sedang menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki kemampuan dalam mengelola emosi dan dorongan, namun belum optimal. Mereka dapat menahan diri dari perilaku menyimpang dalam beberapa

situasi, tetapi cenderung goyah saat berada di bawah tekanan atau saat dihadapkan pada godaan yang kuat, seperti perjudian online yang mudah diakses dan menjanjikan keuntungan instan.

Mahasiswa dengan kontrol diri tinggi menunjukkan karakteristik yang lebih matang dalam pengambilan keputusan. Mereka cenderung lebih berpikir jangka panjang, mampu mengelola stres secara adaptif, serta memiliki kesadaran yang tinggi terhadap nilai-nilai moral dan tujuan hidup. Hal ini memungkinkan mereka untuk menolak aktivitas yang membahayakan masa depan, seperti berjudi online.

Sebaliknya, mahasiswa dengan kontrol diri rendah lebih impulsif dan mudah tergoda oleh kesenangan sesaat. Mereka juga cenderung sulit menunda kepuasan, yang merupakan indikator umum dari rendahnya kontrol diri. Kondisi ini sangat berisiko karena mahasiswa perantauan seringkali hidup tanpa pengawasan langsung dari keluarga, sehingga lingkungan dan kontrol diri menjadi faktor penentu yang lebih kuat terhadap perilaku mereka.

Temuan ini sesuai dengan teori kontrol diri menurut Albert Bandura, yang menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memonitor dan mengatur perilaku berdasarkan standar pribadi atau sosial yang telah ditetapkan. Mahasiswa dengan tingkat kontrol diri sedang atau rendah menunjukkan bahwa mereka belum sepenuhnya mampu menahan dorongan impulsif dalam situasi yang menekan[53].

[53] Albert Bandura, *Social Learning Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977)

Selanjutnya, Roy Baumeister memandang kontrol diri sebagai kekuatan untuk menahan dorongan demi mencapai tujuan jangka panjang. Ketika mahasiswa tidak mampu mengendalikan emosi dan dorongan, mereka lebih berisiko terlibat dalam perilaku menyimpang seperti berjudi online[54].

2. Tingkat kecanduan judi online mahasiswa perantauan di iain Langsa

Kecanduan judi online adalah kondisi di mana seseorang mengalami dorongan kuat untuk terus berjudi melalui internet, meskipun menyadari dampak negatifnya terhadap finansial, hubungan sosial, dan kesehatan mental. Hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa sebagian besar mahasiswa perantauan berada dalam tingkat kecanduan judi online kategori sedang, yaitu sebanyak 35 orang (70%). Sisanya, 10 orang (20%) tergolong dalam kategori rendah, dan 5 orang (10%) tergolong dalam kategori tinggi.

Kategori sedang menunjukkan bahwa mahasiswa sudah sering melakukan praktik berjudi online dan mulai mengalami kesulitan dalam mengontrol perilaku tersebut. Hal ini bisa ditandai dengan meningkatnya frekuensi bermain, munculnya dorongan untuk bermain saat sedang stres, serta mulai adanya dampak terhadap kehidupan akademik dan sosial.

Mahasiswa dengan tingkat kecanduan tinggi telah menunjukkan gejala serius, seperti kehilangan fokus dalam perkuliahan, sering

[54] Roy F. Baumeister dan John Tierney, *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength* (New York: Penguin Press, 2011)

mengalami masalah keuangan karena kalah judi, bahkan berpotensi meminjam uang atau menjual barang untuk berjudi. Mereka cenderung menggunakan judi sebagai pelarian dari masalah pribadi atau tekanan hidup.

Kecanduan ini semakin diperparah oleh kemudahan akses terhadap platform judi online melalui smartphone, promosi bonus besar, serta dorongan dari lingkungan sosial. Judi online juga menawarkan sensasi kemenangan instan yang memicu pelepasan dopamin di otak, menciptakan efek adiktif yang sama seperti narkotika atau alkohol, sebagaimana dijelaskan dalam teori neuropsikologi adiksi.

Temuan ini sesuai dengan teori Kimberly Young, dalam penelitiannya mengenai *Internet Addiction Disorder*, menyatakan bahwa kecanduan judi online adalah bentuk kecanduan digital yang ditandai oleh penggunaan kompulsif meskipun membawa konsekuensi negatif terhadap kehidupan sehari-hari. Mahasiswa yang terlibat dalam judi online seringkali mencari sensasi instan dan pelarian dari tekanan akademik atau emosional.

Judi online yang mudah diakses melalui perangkat digital, ditambah promosi hadiah besar dan sistem permainan yang adiktif, meningkatkan kemungkinan mahasiswa menjadi tergantung secara psikologis. Hal ini sejalan dengan aspek-aspek kecanduan yang disebutkan dalam teori, yaitu

kontrol perilaku yang rendah, kerugian finansial, dan dampak emosional serta sosial[55].

3. Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan judi online pada mahasiswa iain langsa

Hubungan antara kontrol diri dan kecanduan judi online adalah keterkaitan yang menunjukkan sejauh mana kemampuan seseorang dalam mengendalikan dorongan dan perilaku impulsive memengaruhi kecenderungannya untuk terlibat dan menjadi kecanduan dalam aktivitas judi online.

Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson menunjukkan nilai r = -0,800 dengan signifikansi 0,000, yang berarti terdapat hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara kontrol diri dan kecanduan judi online. Dengan kata lain, semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka semakin rendah kemungkinan ia mengalami kecanduan judi online, dan sebaliknya.

Hasil ini memperkuat dugaan awal dalam hipotesis bahwa kontrol diri berperan penting dalam mencegah perilaku adiktif, termasuk judi online. Mahasiswa dengan kontrol diri tinggi akan mampu menolak dorongan berjudi, walaupun menghadapi tekanan akademik atau sosial. Sebaliknya, mahasiswa dengan kontrol diri rendah akan cenderung

[55] Kimberly S. Young, "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder," *CyberPsychology & Behavior* 1, no. 3 (1998): 237–244

mencari jalan pintas untuk meredakan stres, salah satunya dengan berjudi online, yang pada akhirnya menimbulkan ketergantungan.

Nilai korelasi yang mendekati -1 menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel ini sangat kuat. Ini berarti bahwa kontrol diri bukan hanya sekadar faktor pelindung, tetapi bisa menjadi prediktor utama dalam menganalisis perilaku kecanduan pada mahasiswa perantauan.

Temuan ini memperkuat teori Bandura, bahwa kontrol diri memungkinkan individu untuk mengevaluasi dan mengarahkan perilaku mereka agar sesuai dengan standar sosial dan tujuan pribadi. Individu dengan kontrol diri tinggi mampu mengendalikan dorongan berjudi meski berada dalam tekanan[56].

Roy Baumeister juga menjelaskan bahwa ketika kekuatan kemauan melemah, individu menjadi lebih rentan terhadap perilaku yang bersifat impulsif dan berisiko. Maka dari itu, mahasiswa perantauan yang tidak memiliki strategi pengelolaan diri yang efektif cenderung menjadikan judi online sebagai bentuk pelarian[57].

Dan hasil ini semakin diperkuat lagi oleh penelitian penelitian sebelumnya. Penelitian Fajar Prasetyo menunjukkan bahwa mahasiswa perantauan dengan kontrol diri tinggi lebih mampu menghindari aktivitas judi online, dibandingkan dengan mahasiswa yang kontrol dirinya rendah.

[56] Albert Bandura, *Social Learning Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977)

[57] Roy F. Baumeister dan John Tierney, *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength* (New York: Penguin Press, 2011)

Temuan ini menunjukkan pentingnya regulasi diri dalam pengambilan keputusan sehari-hari[58].

Pada penelitian Rina Astari menemukan bahwa kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap tingkat keterlibatan mahasiswa dalam judi online. Semakin lemah kontrol diri seseorang, maka semakin tinggi peluangnya untuk terus berjudi walaupun telah mengalami kerugian[59].

Dan pada Penelitian Budi Santoso juga menyatakan bahwa kontrol diri berperan sebagai protektor terhadap stres lingkungan. Mahasiswa yang memiliki strategi pengendalian diri yang baik lebih resilien terhadap tekanan akademik maupun sosial, sehingga lebih kecil kemungkinan untuk mencari pelarian dalam bentuk judi[60].

Dengan demikian, temuan dalam penelitian ini bukanlah temuan tunggal, melainkan memperkuat bukti empiris yang telah ada mengenai pentingnya kontrol diri dalam mencegah perilaku adiktif pada mahasiswa. Hal ini menjadi perhatian penting bagi institusi pendidikan untuk memberikan edukasi, pendampingan, dan konseling dalam membangun ketahanan diri mahasiswa, khususnya yang merantau.

---

[58] Fajar Prasetyo, "*Kontrol Diri sebagai Faktor Penentu Kecanduan Judi Online pada Mahasiswa Perantauan*" (Skripsi, Universitas Islam Indonesia, 2021).

[59] Rina Astari, "*Analisis Pengaruh Kontrol Diri terhadap Kecanduan Judi Online di Kalangan Mahasiswa Perantauan*" (Tesis, Universitas Airlangga, 2022).

[60] Budi Santoso, "*Peran Kontrol Diri dalam Menekan Kecanduan Judi Online pada Mahasiswa yang Tinggal Jauh dari Keluarga*" (Tesis, Universitas Gadjah Mada, 2023).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara kontrol diri dan kecanduan judi online pada mahasiswa perantauan di IAIN Langsa, maka penulis menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tingkat kontrol diri mahasiswa perantauan di IAIN Langsa sebagian besar berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa perantauan memiliki kemampuan sedang dalam mengendalikan dorongan, berpikir rasional, dan mengambil keputusan yang bijak. Namun, masih terdapat sebagian yang memiliki kontrol diri rendah, yang membuat mereka rentan terhadap perilaku impulsif dan penyimpangan, seperti berjudi online.
2. Tingkat kecanduan judi online mahasiswa perantauan sebagian besar juga berada pada kategori sedang. Artinya, banyak mahasiswa yang cukup aktif berjudi online dan mulai mengalami kesulitan mengendalikan perilaku tersebut. Bahkan, terdapat sejumlah mahasiswa yang masuk dalam kategori kecanduan tinggi, menunjukkan bahwa fenomena ini sudah mencapai tingkat yang memprihatinkan.
3. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan judi online. Semakin tinggi kontrol diri mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecanduan mereka terhadap judi online, dan sebaliknya. Hasil ini mendukung teori

self-regulation dari Albert Bandura dan menunjukkan bahwa kontrol diri merupakan faktor pelindung penting dari perilaku adiktif.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya kontrol diri dalam menjalani kehidupan perantauan. Upaya seperti manajemen waktu, manajemen emosi, serta membangun relasi sosial dan lingkungan yang positif dapat membantu menghindarkan diri dari perilaku berisiko seperti adiktif terhadap judi online.
2. Disarankan agar kampus menyediakan program pembinaan mental dan konseling yang lebih intensif, terutama yang berkaitan dengan pengendalian diri, pengelolaan stres, dan literasi digital. Layanan bimbingan dan konseling hendaknya lebih aktif menjangkau mahasiswa perantauan yang potensial mengalami tekanan psikologis.
3. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk pengembangan kajian lebih lanjut mengenai kontrol diri dan perilaku adiktif pada mahasiswa. Diharpkan peneliti lainnya dapat menggali lebih dalam faktor penyebab dari kecanduan judi online di kalangan mahasiswa perantauan.