

Intensitas Bermain Judi Online Meningkat: Bagaimana Peranan Kontrol Diri?

Ramadani Dwi Fitrananda¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45,
Surabaya

Tatik Meiyuntariningsih²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45,
Surabaya

Hetti Sari Ramadhani³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45,
Surabaya

E-mail: ramadanifitrananda@gmail.com

Abstract

Play intensity is the level of how often an individual carries out certain activities based on feelings of enjoyment in the activity being carried out. This research aims to find out whether there is a relationship between self-control and the intensity of playing online gambling. Correlational quantitative research method with a total of 99 respondents as online gambling players taken using a purposive sampling technique. The research scale based on Averill's theory (2010) with a Cronbach alpha value of 0,98 and a playing intensity scale based on Horigan's theory (2002) with a Cronbach alpha value of 0,73. The data analysis technique uses Pearson product moment correlation analysis. The research results show that there is a negative relationship between self-control and the intensity of playing online gambling. Through self-control, online gambling players can sort out the impacts of actions that are detrimental to themselves so that the intensity of playing online gambling can decrease.

Keywords: Maximum of 5 keywords, written in alphabetical order and separated by semicolons. [Online Gambling, Playing Intensity, Self-Control]

Abstrak

Intensitas bermain merupakan tingkat seberapa sering individu dalam melakukan kegiatan tertentu yang didasari oleh perasaan senang pada kegiatan yang dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain judi online. Metode penelitian kuantitatif korelasional dengan jumlah responden sebanyak 99 orang pemain judi online yang diambil dengan teknik purposive sampling. Skala penelitian menggunakan skala kontrol diri disusun berdasarkan teori Averill (2010) dengan nilai Cronbach alpha 0,98 dan skala intensitas bermain yang disusun berdasarkan teori Horigan (2002) dengan nilai Cronbach alpha 0,73. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi Pearson product moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan intensitas bermain judi online. Melalui kontrol diri pemain judi online dapat memilah dampak-dampak perbuatan yang merugikan dirinya sehingga dapat membuat intensitas bermain judi online menurun.

Kata kunci: [Intensitas Bermain, Judi Online Kontrol Diri]

Pendahuluan

Intensitas bermain adalah frekuensi seseorang dalam melaksanakan aktivitas tertentu yang didorong oleh rasa kesenangan terhadap aktivitas (Yuniar, 2013). Seseorang yang memiliki intensitas bermain yang berlebihan akan membuat untuk terus-menerus memainkannya. Intensitas bermain menurut Pipet (2012) adalah kuatnya suatu perilaku sebuah rangsangan aktivitas dengan tujuan untuk bersenang-senang.

Menurut data dari pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan (PPATK) Jawa Timur menempati urutan keempat dengan 135.227 orang yang terlibat dan total nilai transaksi mencapai Rp.1.051 triliun. Lima provinsi dengan jumlah pemain judi online terbanyak adalah: Pertama, Jawa Barat dengan 535.644 pemain dan nilai transaksi Rp. 3,8 triliun. Kedua, DKI Jakarta 238.568 pemain dan nilai transaksi Rp 2,3 triliun. Ketiga, Jawa Tengah 201.963 pemain dan nilai transaksi Rp 1,3 triliun. Keempat, Jawa Timur 135.227 pemain dan nilai transaksi Rp. 1.051 triliun. Kelima, Banten dengan 150.302 pemain dan nilai transaksi Rp. 1,022 triliun sumber <https://www.cnnindonesia.com>.

Bermain judi online memiliki dampak negatif seperti prestasi belajar yang menurun, dampak terhadap kesehatan termasuk keluhan fisik dan penyakit, dan juga dampak terhadap ekonomi yang dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari (Kurniawan, 2014). Trinanda (2015) menunjukkan dampak negatif terhadap perilaku yang menyimpang, contohnya seperti berbohong dan menggadaikan harta. Tidak hanya dampak negatif saja berupa kerugian dalam bentuk materi saja, dampak psikis juga dirasakan oleh para pemain judi online salah satunya adalah ketagihan untuk terus menerus memainkannya (wibowo, 2012).

Intensitas bermain yang dikemukakan oleh Horrigan (2002) mengemukakan bahwa intensitas bermain dipengaruhi oleh dua hal yaitu frekuensi dan lama mengakses. Frekuensi disini mengarah ke aktivitas seseorang bermain permainan (dalam bentuk seperti sekali, dua kali dan seterusnya dalam rentang waktu yang ditentukan). Lama mengakses adalah aktivitas berada di dalam permainan dalam hal ini seperti banyaknya waktu yang dihabiskan dalam bermain permainan.

Penelitian-penelitian tentang intensitas bermain yang selama ini dilakukan pada pemain judi terlalu menekankan pada faktor internal sebagai prediktor Papalia, dkk, (2004). Penelitian ini menggunakan variabel kontrol diri sebagai prediktor karena masih jarang dilakukan penelitian khususnya di Indonesia, hal ini untuk memberikan perspektif baru mengenai permainan judi online dapat dipengaruhi oleh faktor kontrol diri. Pernyataan ini sesuai pandangan Borba (2008); yang menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan cara untuk mengelola emosi, perilaku supaya bisa mengendalikan niat baik dari dalam maupun lingkungan, sehingga individu bisa berperilaku yang baik.

Banyak penelitian tentang intensitas bermain telah dilakukan dan salah satunya adalah *intensity is the strength of power of a message in a direction* (Neuman, 2006). Namun, penelitian tentang intensitas bermain judi online dengan kontrol diri masih terbatas, terutama di Indonesia (Mitta Kurnisari, 2021). Tujuan dari penelitian

ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain judi online.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain judi online.

Subjek

Responden dalam penelitian sebanyak 99 pemain judi yang diambil dengan teknik purposive sampling yaitu menyebarkan kuisioner melalui google form dengan meminta responden untuk mengisi kuisioner dengan tata cara yang benar.

Instrument penelitian

Terdapat 2 skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: skala Kontrol diri yang disusun berdasarkan teori Averill (2010) untuk mengukur kontrol diri, terdiri dari 30 aitem dengan nilai konsistensi internal $\alpha = 0.98$. Skala berikutnya adalah skala intensitas bermain yang berdasarkan teori Horrigan (2002) terdiri dari 29 aitem dengan nilai konsistensi internal $\alpha = 0.73$.

Teknik analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi pearson product moment dengan bantuan software SPSS versi 24.

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah pemain judi online di daerah Surabaya sebanyak 99 orang yang diambil dengan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan skala Kontrol diri yang disusun berdasarkan teori Averill (2010) terdiri dari 30 item dengan nilai konsistensi internal 0,98. skala intensitas bermain yang berdasarkan teori Horrigan (2002) terdiri dari 29 aitem dengan nilai konsistensi internal 0,73. Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi pearson product momen, yang dilakukan dengan bantuan SPSS versi 25.

Hasil

Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, uji normalitas data dilakukan menggunakan teknik *Shapiro-Wilk* karena jumlah partisipan kurang dari 100. Data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi (p) lebih besar dari 0,05; sebaliknya, jika nilai signifikan (p) kurang dari 0,05, data dianggap tidak normal (Sugiyono, 2017). Hasil uji normalitas menggunakan Teknik *Test of Normality Shapiro- Wilk* dengan bantuan IBM SPSS *statistiic 26 for windows* menunjukkan nilai *Normality Shapiro-Wilk* signiifikansi $p=0,494$ ($p>0,05$). Menunjukkan bawa data berdistribusi normal.

Uji linearitas

Uji linieritas menggunakan IBM SPSS 25 menunjukkan bahwa jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel independen dan dependen. Sebaliknya, nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan hubungan non-linear. Dalam hal ini, nilai signifikansi deviation from linearity adalah 0,739, yang lebih besar dari 0,05 mengindikasikan bahwa variabel kontrol diri (X) dan Intensitas Bermain Judi Online (Y) memiliki korelasi linear.

Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi *Pearson Product Moment* yang berfungsi untuk dapat mengukur kekuatan hubungan secara linier antara dua variabel yang mempunyai distribusi data normal (Duwi Priyatno, 2014). Penelitian ini memakai metode analisis korelasi *Pearson Product Moment* yang merupakan suatu analisis untuk dapat mengukur keeratan hubungan secara linier antara dua variabel yang mempunyai distribusi data normal (Duwi Priyatno, 2014). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kontrol diri yang merupakan variabel bebas (X) dan Intensitas Bermain Judi Online variabel terikat (Y).

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk	
	Sig	Keterangan
Kontrol Diri dengan Intensitas Bermain Judi Online	0,494	Normal

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas Kontrol Diri dengan Intensitas Bermain

Variabel	F	Sig	Keterangan
Kontrol Diri dengan Intensitas Bermain	0,810	0,739	Linier

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi

Variabel		Kontrol Diri	Intensitas Bermain Judi Online
Kontrol Diri	<i>Pearson Correlation</i>	1	0,983
	Sig. (2-tailed)		0,002
	N	99	99
Intensitas Bermain Judi Online	<i>Pearson Correlation</i>	0,983	1
	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	99	99

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan intensitas bermain, yang berarti semakin tinggi kontrol diri individu maka semakin rendah intensitas bermainnya. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Tagney, Baumeister, dan Boone (dalam Chaq, Suharnan & Rini, 2018), yang menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri tinggi cenderung akan bisa untuk mendisiplinkan diri dengan tidak melakukan kegiatan tidak tergesa-gesa dan dapat mengatur perilaku mereka menjadi kebiasaan yang sehat dan positif.

Intensitas tinggi dalam penelitian ini mungkin disebabkan oleh frekuensi yang tinggi dan durasi panjang yang dibutuhkan pemain *judi* untuk mengakses *judi online*. Frekuensi mengacu pada seberapa sering seseorang mengakses suatu media, misalnya seberapa sering pemain *judi* mengakses *judi online* dalam seminggu. Sementara itu, durasi mengukur berapa lama seseorang mengakses media tersebut, seperti berapa jam pemain *judi* menghabiskan waktu untuk *judi online* dalam sehari.

Yuniar & Nurwidawati (2017) mengemukakan bahwa intensitas mengacu pada tingkat frekuensi seseorang dalam melakukan aktivitas tertentu yang didorong oleh kesenangan terhadap aktivitas tersebut. Oleh karena itu, pemain *judi* yang memilih *judi online* cenderung memiliki ketertarikan dan kesenangan yang menyebabkan mereka bermain dengan intensitas tinggi. Temuan ini konsisten dengan penelitian Spires et al. (2017), yang menunjukkan bahwa subjek dengan intensitas tinggi dalam game online cenderung menghabiskan waktu untuk bermain. Penelitian pada pemain *judi* menunjukkan bahwa intensitas tinggi dalam penggunaan *judi online* disebabkan oleh seringnya akses ke *judi online* tersebut dalam kehidupan sehari-hari, yang menyebabkan intensitas bermain menjadi sangat tinggi akibat pengulangan aktivitas.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengubah perilaku, mengatur informasi yang diinginkan dan tidak

diinginkan serta kemampuan individu dalam memilih salah satu perbuatan yang sesuai dengan apa yang diyakini. Averil juga menjelaskan bahwa kontrol diri mencakup dari tiga aspek yang berbeda mengenai kemampuan mengendalikan diri, yang pertama adalah kemampuan individu dalam memodifikasi perilaku, yang kedua adalah kemampuan individu untuk mengelola suatu informasi yang tidak diinginkan dengan cara memahami dan juga yg ketiga adalah kemampuan individu untuk memilih tindakan berdasarkan sesuatu yg diyakininya Averill (2015).

Hal ini dapat disimpulkan bahwa kontrol diri yang baik dapat membuat individu untuk mengurangi intensitas bermain dengan menemukan cara-cara untuk menguranginya tersebut dengan tidak terlalu sering mengakses situs-situs judi online. Selanjutnya, berkomunikasi dengan keluarga, teman, atau profesional, yang dapat membantu individu menghadapi dan mengatasi tantangan. Selain itu, tetapkan fokus pada hal-hal yang dapat dikontrol oleh individu, sehingga dapat mengurangi rasa tidak berdaya dan meningkatkan rasa kontrol atas situasi.

Kesimpulan

Merujuk pada hasil analisis yang sudah dipaparkan sebelumnya dapat diketahui bahwa hasil pada penelitian ini yaitu adanya hubungan negatif dan signifikan antar kontrol diri terhadap intensitas bermain judi online. Hal ini didapat dari hasil perhitungan korelasi *Pearson Product Moment* dengan memakai *software SPSS for Windows version 26*. Hasil perhitungan tersebut diketahui bahwa tingkat koefisien korelasi pada variabel kontrol diri dengan intensitas bermain judi online sebesar 0,983 yang menyatakan bahwa tingkat korelasi kedua variabel sangat kuat. Hasil ini menunjukkan hubungan negatif antara variabel kontrol diri dengan intensitas bermain judi online. Pernyataan tersebut memberikan pengertian bahwa semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah intensitas bermain judi online.

Saran

1. Bagi subjek penelitian

Didapatkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyarankan kepada pemain judi untuk lebih bisa meningkatkan kontrol diri. Meningkatkan kontrol diri dapat dengan cara mampu mengendalikan perilaku dengan memikirkan berbagai dampak dari segala tindakan yang akan dilakukan. Hal ini dapat membantu untuk mengurangi mengakses situs-situs yang berkaitan dengan judi online. Dengan demikian para pemain judi dapat mengurangi intensitas bermain judi online dan dapat memulai membiasakan diri dengan kegiatan-kegiatan yang lebih bermanfaat lainnya, seperti berdagang ataupun bisa digunakan untuk belajar sesuatu hal yang baru.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini mengangkat topik kontrol diri dan intensitas bermain judi online, dimana kontrol diri memiliki hubungan dengan intensitas bermain judi online, sehingga diharapkan bagi peneliti selanjutnya hendaknya menggunakan subjek penelitian yang

berbeda dari penelitian sebelumnya agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih beragam. Peneliti selanjutnya juga dapat menambah variabel yang relevan dengan tema peneliti sebelumnya, seperti pola asuh, kesejahteraan sosial atau faktor internal lainnya. Bagi peneliti selanjutnya yang berkeinginan untuk melaksanakan penelitian menggunakan variabel yang sama diharapkan memakai pendekatan lain, seperti pendekatan kualitatif dan dapat menggunakan variabel berbeda lainnya agar dapat memperoleh hasil yang berbeda.

REFERENSI

- Anggraeni, ML, Praherdhiono, H., & Sulthoni S. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Gangguan Internt pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Pendidikan Angkatan 2016 Universitas Negeri Malang. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2(2), 131-139.
- Budhi, F.H., & Endang, S., I. (2016). Hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain game online pada mahasiswa pemain game online di game centre X Semarang. *Jurnal Empati*. 5, (3). Agustus 2016. 478-481.
- Chaq, MC, Suharman, S., & Rini, AP (2018). Religiusitas, Kontrol Diri dan Agresivitas Verbal Remaja. *FENOMENA*, 27 (2).
- Harahap Juli Yanti, Juli,2017. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Jurnal Edukasi*, Vol.3.No.2.
- Sagala Mesias J.P (2017). "Tinjauan Yuridis Terhadap Tindak Pidana Permainan Judi Jackpot", *Jurnal Hukum Kaidah* Vol.18, No.3.
- Sahara Siti, 2018. "Efektifitas Penghukuman Bagi Pelaku Maisir (Perjudian) di Kota Langsa", *Jurnal Hukum Samudra Keadilan* Vol.13, No 1.
- Simamora Pelix Colyn Chandy Alqino, 2017. Penyelesaian Tindak Pidana Perjudian Yang Dilakukan Oleh Anak Menurut Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2012 Tentang Sistem Peradilan Pidana Anak. Yogyakarta. *Jurnal Hukum Fakultas Hukum Universitas Atma Jaya*.
- Supriatna Marsela, 2019. Kontrol Diri : Definisi dan Faktor" *Jurnal Innovative Counseling*, Vol.3.No.2.
- Yahya AD, Egalia. (2016) Pengaruh Konseling Kognitif Behavior Therapy (CBT) dengan Teknik Self Control untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas

VIII di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 03(2) 133-146.