

Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Judi *Online* Pada Dewasa Awal

Bramastya Deva Paksi Ananta¹, Ritna Sandri², Muhammad Untung Manara³

^{1,2,3}Psikologi, Universitas Merdeka Malang. 085706562375

e-mail: bramastyadev@gmail.com, ritna.sandri@unmer.ac.id² muhammad.untung@unmer.ac.id³

ABSTRAK

Kata Kunci:

Kontrol Diri
Kecenderungan Kecanduan
Judi *online*
Dewasa awal

Tingginya permasalahan judi *online* khususnya pada kalangan dewasa awal, disebabkan oleh kurangnya fungsi eksekutif otak seperti mengingat instruksi dan menangani banyak tugas secara bersamaan. Rendahnya pengendalian diri seseorang juga menjadi akibat seseorang kesulitan untuk menahan hasrat dalam berjudi *online*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan judi *online*. Metodologi dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan tujuan mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan berjudi *online*. Teknik pengambilan sampel menggunakan bola salju (*snowball sampling*). Pengumpulan data melalui skala kontrol diri dan skala kecenderungan kecanduan judi *online*. Berdasarkan hasil uji hipotesis kontrol diri berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan kecanduan judi *online* pada dewasa awal. Kontrol diri berpengaruh sebesar 53% terhadap kecenderungan kecanduan judi *online* pada dewasa awal. Arah hubungan negatif, artinya jika semakin tinggi kontrol diri, maka akan semakin rendah kecenderungan kecanduan judi *online* pada dewasa awal dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri, maka akan semakin tinggi kecenderungan kecanduan judi *online* pada dewasa awal.

ABSTRACT

Keyword:

Self control
Gambling addiction
Online gambling
Early adulthood

The high number of online gambling problems, especially among young adults, is caused by a lack of brain executive functions such as remembering instructions and handling many tasks simultaneously. A person's low self-control also results in a person having difficulty resisting the urge to gamble online. This research aims to determine the effect of self-control on the tendency to become addicted to online gambling. The methodology in this research is quantitative with the aim of knowing the effect of self-control on the tendency to become addicted to online gambling. The sampling technique uses snowball sampling. Data collection is through a self-control scale and an online gambling addiction tendency scale. Based on the results of the hypothesis test, self-control has a significant effect on the tendency to become addicted to online gambling in early adulthood. Self-control has a 53% effect on the tendency to become addicted to online gambling in early adulthood. The direction of the relationship is negative, meaning that the higher the self-control, the lower the tendency to be addicted to online gambling in early adulthood and conversely the lower the self-control, the higher the tendency to be addicted to online gambling in early adulthood.

I. PENDAHULUAN

Kartono (dalam Zurohman et al., 2016) [1] mengatakan bahwa judi menjadi penyakit masyarakat yang turun temurun terjadi sehingga tidak mudah untuk memberantasnya. Judi online yang sedang dilakukan masyarakat saat ini merupakan judi melalui aplikasi seperti higgs domino, slot dan judi pertaruhan seperti pertandingan bola yang diakses melalui situs internet. Sebelumnya kegiatan judi dilakukan di tempat yang rahasia dan para pemainnya berada di satu tempat yang sama dengan jumlah tertentu. Namun pada saat adanya pandemi covid-19 di Indonesia, jumlah penjudi online bertambah banyak.

Berdasarkan laporan PPATK (Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan) yang dikemukakan oleh Kongah (2023) [2] memberikan hasil bahwa terdapat 2,7 juta masyarakat Indonesia bermain judi online. Hal yang menjadi penyebab semakin banyaknya orang mengakses judi online karena semakin canggihnya teknologi sehingga masyarakat menjadi lebih mudah dalam mengakses banyak hal.

Fenomena yang sedang terjadi pada saat ini adalah semakin berkembangnya teknologi, semakin mudah untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Kemudahan melaksanakan kegiatan sehari-hari dengan bantuan teknologi, memunculkan fenomena –fenomena baru yang menjadi masalah di masyarakat yaitu judi online. Sebelumnya individu melakukan kegiatan perjudian secara tatap muka dengan penentuan tempat tertentu yang dirasa aman dengan permainan seperti kartu, dadu dan togel. Judi online dilakukan melalui platform internet melalui tautan (*link*) dan melalui aplikasi yang diunduh melalui Playstore atau Appstore. Individu yang bermain judi online biasanya akan memiliki beberapa akun untuk mengakses permainan judi online.

ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Emond et al., (2022) [3] bahwa dewasa awal dikatakan berisiko dalam berjudi karena adanya pengaruh kognitif yang disebabkan oleh kurangnya fungsi eksekutif otak seperti mengingat instruksi dan menangani banyak tugas. Hal ini dibuktikan dengan studi yang dilakukan oleh Hollen dalam Emond et al., (2022) [3] memberikan hasil bahwa presentase penjudi berusia 17 tahun adalah 54% dan meningkat menjadi 68% ketika menginjak usia 20 tahun. Ketika berusia 24 tahun keatas, presentase melakukan perjudian online menurun sedikit di presentase 62%. Penelitian ini dilakukan dengan subjek berjumlah 9000 orang dari Alspac yang dilakukan berkala dari usia 20 tahun (2013) hingga 24 tahun (2017) dengan cara survei.

Pandemi covid-19 memaksa masyarakat bekerja di rumah dan juga banyak yang kehilangan pekerjaannya sehingga judi online dijadikan alternatif dalam mengisi waktu kosong dan bahkan menjadi penambah penghasilan sampai ke tahap kecanduan. Alvin (2022) [4] biasanya ada beberapa orang yang mengalami kecanduan judi online dengan fenomena tertentu seperti rela meninggalkan pekerjaannya untuk sekedar memutar uang untuk judi dan yang paling parah yaitu sampai meminjam uang melalui teman ataupun pinjaman online dengan nominal yang besar. Menurut Meswari (2023)

[5] menyebutkan bahwa bermain judi online memiliki beberapa batas dalam bertaruh seperti Poker Dewa (Rp.50.000 hingga Rp.400.000) dan 88 Tangkas (Rp.100.000 hingga Rp. 400.000).

Fenomena yang sering terjadi adalah bermain judi dengan model kerjasama atau joint venture. Biasanya penjudi yang memiliki modal akan mengajak rekannya untuk berjudi dengan membagi 2 taruhan judi. Nantinya jika mendapatkan kemenangan, mereka akan membagi juga hasil dari kemenangannya. Rata-rata penjudi online membuka taruhan di angka Rp.200.000 sebagai modal awal bermain slot.

Saat bermain judi online, terkadang pemain judi tidak perlu modal yang banyak atau bahkan tanpa modal pun bisa. Di awal game, mereka akan diberi kemenangan. Semakin lama mereka akan mengalami banyak kekalahan bahkan kerugian uang. Hal inilah yang membuat mereka kecanduan untuk berjudi dan memungkinkan untuk melakukan perilaku utang karena merasa rugi sebelumnya untuk tetap bisa berjudi. Mengacu pada The Business Research Company (dalam Alvin, 2022) [4] bahwa judi online secara global mengalami peningkatan pendapatan pada masa Covid-19 hingga menyentuh angka 58 miliar USD dan diperkirakan akan terjadi peningkatan hingga 92 miliar USD pada tahun 2023. Menurut The Business Research Company (dalam Alvin, 2022) [4] judi online menjadi sebuah bisnis melalui internet yang dilakukan oleh suatu organisasi ataupun perorangan dengan cara memberikan kemudahan berupa fasilitas judi *online* seperti *kasino online*, *poker online*, *bingo online*, *lotere online*, *video game online* dan taruhan olahraga.

Zurohman et al., (2016) [1] menyatakan bahwa judi pada jaman sekarang bisa dikatakan lebih berani dan elegan karena dilakukan secara lebih terbuka tanpa harus sembunyi dan hanya membutuhkan koneksi internet. Dengan adanya internet juga mempermudah berjalannya judi online seperti proses transaksi keuangan melalui mobile banking dan segala informasi judi online juga bisa didapatkan lebih cepat. Dalam judi online, terdapat istilah depo (Deposit) yang mana penjudi melakukan transaksi untuk menukar uang rill ke dalam bentuk saldo dalam aplikasi judi online. Hal yang dapat dilihat dari penjudi online pada usia dewasa biasanya terpakainya uang gaji untuk modal judi dan akhirnya tidak bisa memenuhi kebutuhan hidupnya. Penjudi online lebih mementingkan kegiatan judinya yang mana itu berdampak negatif bagi dirinya sendiri.

Menurut Meswari (2023) [5] ada beberapa dampak dari judi online antara lain 1) rendahnya pengendalian diri dalam pemenuhan kebutuhan dan kewajiban diri sendiri; 2) rendahnya kontrol diri sehingga mudah emosi; dan 3) berdampak pada penyimpangan perilaku terkait moralitas dan interaksi sosial. Judi online berdampak pada segala hal apalagi suatu individu mencapai tahap kecanduan. Individu dengan tingkat kecanduan judi online bisa dilihat dari pola perilaku dan intensitas lama bermain judi online. Menurut Horrigan (dalam Meswari, 2023) [5] menjelaskan bahwa seorang candu judi online bisa bermain sekitar lebih dari 40 jam per bulan. Tingginya intensitas bermain didasari berbagai faktor yang mempengaruhi individu sekedar bermain atau bahkan hingga kecanduan judi online.

Menurut Fajri dan Fajar (2023) [6] mengatakan bahwa faktor yang menjadi penyebab seseorang kecanduan judi online yaitu 1) faktor penasaran; 2) asumsi kemenangan yang besar; dan 3) Faktor kondisi ekonomi. Rasa penasaran membuat orang yang sebelumnya tidak mengenal judi online menjadi tertarik untuk memainkannya. Pengaruh dari lingkungan sosial juga menjadi penyebab seseorang berminat untuk mencoba bermain judi online. Adanya perasaan untuk

terus menang tanpa memperdulikan kekalahannya itu juga bisa menjadi penyebab seseorang terus-menerus bermain judi online hingga batas kepuasan yang tidak bisa ditentukan. Ditambah faktor kondisi ekonomi semakin memperparah seseorang untuk semakin kecanduan judi online. Adanya anggapan bahwa kemenangan besar dan alternatif untuk menambah pendapatan, membuat seseorang sulit terlepas dari kegiatan judi online. Faktor lain yang menyebabkan orang bermain judi online bahkan hingga kecanduan adalah faktor kontrol diri.

Kontrol diri merupakan kemampuan alami seseorang untuk mencegah atau menghentikan respon diri terhadap suatu fenomena dengan bentuk perilaku yang tidak bertentangan terhadap moral. Menurut Nurhaini (2018) [7] kontrol diri adalah kecakapan individu untuk mengatur perilakunya sesuai dengan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik biasanya lebih selektif dalam bertindak atau bahkan menentukan tindakannya serta baik dalam mengendalikan emosinya. kontrol diri merupakan hal penting yang dapat menjadi pengaruh untuk mengatur pola hidup dan tingkah laku seseorang agar terhindar dari perilaku merugikan dari suatu individu itu sendiri maupun orang lain.

Kontrol diri berperan utama dalam diri seseorang dalam mengatur pola tingkah lakunya. Seseorang bisa dikatakan kecanduan karena ada pengulangan perilaku yang dilakukan secara berlebih sehingga sulit berhenti. Menurut Wahkidi et al., (2022) [8] bahwa kecanduan membuat seseorang melupakan kewajiban dan pemenuhan kebutuhan hidupnya. Kebanyakan kecanduan sesuatu hal pasti mengarah ke sesuatu yang negatif seperti judi online. Berdasarkan penelitian dari Mathorri (2022) [9] menjelaskan bahwa kontrol diri dapat mengurangi bermain judi online.

Penelitian Dwisaputra (2023) [10] dengan judul “Pengaruh Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Kecenderungan Kecanduan Judi *Online* Pada Mahasiswa di Kota Malang”. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek penelitian, dimana penelitian sebelumnya dilakukan pada remaja, penelitian ini dilakukan pada dewasa awal. Pentingnya penelitian ini mengangkat fenomena yang terjadi di tengah masyarakat yaitu judi *online* terlebih dewasa awal menjadi subjek penelitian dengan usia 18 sampai 40 tahun. Dengan adanya penelitian ini maka mengetahui seberapa besar pengaruh dari kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan judi *online* pada usia dewasa awal sehingga dapat meminimalisir terjadinya kecanduan judi *online* pada dewasa awal. Perbedaan dengan penelitian terdahulu terletak pada faktor yang mempengaruhi kontrol diri. Penelitian

ini menggunakan faktor secara internal dari kontrol diri sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan faktor eksternal dari kontrol diri

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif yang diolah dengan metode statistik dengan subjek penelitian menggunakan dewasa awal (18-40 tahun) [11]. Variabel penelitian terdiri dari Kontrol Diri sebagai variabel bebas dan kecenderungan kecanduan judi *online* sebagai variabel terikat. Penelitian ini mengambil sampel dengan kriteria pernah bermain seluruh bentuk dari permainan judi *online* dengan populasi yang *infinite* (tidak diketahui jumlah pasti pengguna keseluruhan) [12]. Untuk pengumpulan data menggunakan *google form* dengan jumlah subjek yang dibutuhkan sebanyak 100 orang. Instrumen penelitian dengan menggunakan skala kontrol diri dari Averill [13] dan skala kecenderungan kecanduan judi online menggunakan skala dari Griffiths [3]. Teknik analisis data menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-smirnov* dan menggunakan uji regresi linier sederhana dengan aplikasi SPSS berdasarkan teori dari Wisnu [14].

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan judi online pada dewasa awal. Berdasarkan hasil dari analisis data, diketahui adanya pengaruh yang signifikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan judi online pada dewasa awal. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikan yang dimiliki sebesar 0,021 yang artinya nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05.

Kontrol diri berpengaruh sebesar 53% terhadap kecenderungan kecanduan judi online pada dewasa awal. Kemungkinan adanya variabel selain kontrol diri yang memberikan pengaruh sebesar 47% terhadap kecenderungan kecanduan judi online. Hubungan dari variabel kontrol diri dan variabel kecenderungan kecanduan judi online merupakan hubungan secara negatif. Jika seseorang memiliki kontrol diri yang tinggi maka tingkat kecenderungan kecanduan judi online akan rendah. Sebaliknya jika seseorang memiliki kontrol diri yang rendah maka memiliki kecenderungan kecanduan judi online yang akan tinggi.

Pada penelitian ini, terdapat pengkategorian data setiap variabel dalam penelitian. Hal ini untuk meninjau pengaruh dari variabel bebas dan terikat dalam penelitian. Variabel kontrol diri memiliki persentase yaitu pada kategori rendah menunjukkan 3%, kategori sedang menunjukkan 83% sedangkan dalam kategori tinggi menunjukkan angka 14%. Menurut Mathorri (2022) [9] bahwa kontrol diri yang rendah atau disebut *under control* merupakan keadaan individu yang terlalu bebas melepaskan reaksi terhadap suatu rangsangan atau fenomena di sekitarnya tanpa pertimbangan yang baik dan matang. Alvin (2022) [4] berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi kecenderungan kecanduan judi online dikarenakan adanya faktor ketidakmampuan suatu individu dalam

mengendalikan diri dari suatu stimulus. Kontrol diri sedang merupakan keadaan individu yang mampu menggunakan kemampuan kontrol dirinya dengan tepat dalam mereaksi stimulan. Mathorri (2022) menyebutkan bahwa kontrol diri sedang atau disebut *appropriate control* merupakan jenis kontrol diri yang bersifat cukup yang mana suatu individu dapat berhubungan secara tepat dengan lingkungannya.

Dilihat dari koefisiensi korelasi pada penelitian ini menunjukkan hasil $-0,230$ yang berarti koefisien regresi bersifat negatif, yang juga menunjukkan bahwa arah hubungan negatif antara variabel kontrol diri dengan variabel kecenderungan kecanduan judi online. Artinya, tingkat kontrol diri yang dimiliki akan mempengaruhi tingkat kecenderungan kecanduan judi online. Semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah pula kecenderungan kecanduan judi online. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi juga kecenderungan kecanduan judi online. Pada variabel kontrol diri didukung dengan penelitian Mathorri (2022) [9] yang menjelaskan bahwa kontrol diri dapat mengurangi permainan judi online ditinjau dari aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol kepuasan. Dari hal ini menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi maka dapat memiliki pengendalian diri terhadap kecenderungan kecanduan judi online. Pada penelitian ini memiliki besar pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan judi online sebesar 53%.

Hasil data dari kecenderungan kecanduan judi online menunjukkan ada 3 kategori. Subjek berkategori rendah berjumlah 4 subjek (4%), subjek berkategori sedang berjumlah 84 subjek (84%) dan subjek berkategori tinggi berjumlah 12. Dari data ini menunjukkan jumlah terbanyak pada kecenderungan kecanduan judi online pada kategori sedang. Jumlah dari semua subjek penelitian adalah 100 orang.

Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan rentang usia 18- 40 tahun dengan jumlah responden terbanyak pertama adalah usia 18 – 23 tahun yaitu 43 orang (43%). Kemudian usia 24 – 29 tahun dengan 41 orang (41%), dan usia 30 - 35 tahun dengan subjek 16 orang (16%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Emond *et al.*, (2022) [3] bahwa dewasa awal dikatakan berisiko dalam berjudi karena adanya pengaruh kognitif yang disebabkan oleh kurangnya fungsi eksekutif otak seperti mengingat instruksi dan menangani banyak tugas. Hal ini dibuktikan dengan studi yang dilakukan oleh hollen dalam Emond *et al.*, (2022) [3] memberikan hasil bahwa presentase perjudi berusia 17 tahun adalah 54% dan meningkat menjadi 68% ketika menginjak usia 20 tahun. Ketika berusia 24 tahun keatas, presentase melakukan perjudian online menurun sedikit di presentase 62%. Mawardah (2019) juga mengatakan bahwa individu yang memasuki usia dewasa awal akan kesulitan dalam mengkoordinasi dirinya untuk menangani banyak pekerjaan. Ketika memasuki usia dewasa awal, suatu individu cenderung untuk kecanduan judi online dikarenakan ada faktor dari neurologis. Menurut Wandita & Sakti (2014) [15] bahwa seseorang usia dewasa awal bisa kecanduan judi online dikarenakan ada kerusakan pada fungsi otak dan neurotransmitter sehingga terjadi

pengulangan kebiasaan berjudi online yang disebabkan oleh rendahnya serotonin serta perubahan jalur dopamin.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu kurangnya referensi literatur hasil penelitian sebelumnya terkait data judi online dan pengguna judi online yang terkadang merahasiakan aktivitasnya sehingga peneliti kesulitan untuk menambahkan referensi literatur ke dalam penelitian ini dan penyebaran kuisioner cukup membutuhkan waktu yang lama karena sifat subjek yang tertutup sehingga kadang adanya penolakan dalam mengisi kuisioner.

Penggunaan Rumus Matematika

$$N = \frac{z^2 p(1-p)}{d^2} \quad (1)$$

Penulisan Tabel

Tabel 1. Klasifikasi subjek berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Persentase
18-23	43	43%
24-29	41	41%
30-35	16	16%
Total	100	100%

Tabel 2. Klasifikasi subjek berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	97	97%
Perempuan	3	3%
Total	100	100%

Tabel 3. Kategorisasi kontrol diri

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	3	3%
Sedang	83	83%
Tinggi	14	14%
Total	100	100%

Tabel 4. Kategorisasi kecenderungan kecanduan judi *online*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	4	4%
Sedang	84	84%
Tinggi	12	12%
Total	100	100%

IV. SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis data serta dasar teori yang sudah dijelaskan pada bagian sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan kecanduan judi online pada dewasa awal. Kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 53% terhadap kecenderungan kecanduan judi online dan sisanya 47% dipengaruhi oleh faktor lain. Arah hubungan kedua variabel adalah negatif artinya, semakin tinggi kontrol diri pada dewasa awal, maka semakin rendah pula kecenderungan kecanduan judi online. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri dewasa awal, maka semakin tinggi pula kecenderungan kecanduan judi online.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] A. Zurohman, T. Marhaeni, P. Astuti, D. Tjaturahono, and B. Sanjoto, "Journal of Educational Social Studies Dampak Fenomena Judi Online terhadap Melemahnya Nilai-nilai Sosial pada Remaja (Studi di Campusnet Data Media Cabang Sadewa Kota Semarang)," 2016. [Online]. Available: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jess>
- [2] N. Kongah, "PPATK: 78% Penjudi Online Berpenghasilan di Bawah Rp 100 Ribu.," *CNBC Indonesia*, 2023. [Online]. Available: <https://www.cnbcindonesia.com/news/20230925115129-8-475252/ppatk-78-penjudi-online-berpenghasilan-di-bawah-rp-100-ribu%0A>
- [3] A. Emond, M. D. Griffiths, and L. Hollén, "Problem Gambling in Early Adulthood: a Population-Based Study," *Int. J. Ment. Health Addict.*, vol. 20, no. 2, pp. 754–770, 2022, doi: 10.1007/s11469-020-00401-1.
- [4] S. Alvin, "Penerapan Integrated Marketing Communication (IMC) dalam Judi Online: Studi Kasus di Situs Bandar55," *J. Komun.*, vol. 16, no. 2, pp. 148–160, 2022, [Online]. Available: <https://journal.trunojoyo.ac.id/komunikasi/article/view/14389>
- [5] M. R. Meswari, "Dampak Dari Judi Online Terhadap Masa Depan Pemuda, Desa Air Buluh Kec. Ipuh Kab. Mukomuko Provinsi Bengkulu," *J. Cakrawala Ilm.*, vol. 2, no. 5, 2023.
- [6] R. Fajri and A. Fajar, "Efektivitas Peer Counseling Dalam Mereduksi Kecanduan JudiOnline Pada Remaja Di Kecamatan Brebes," pp. 1558–1564, 2023.
- [7] D. Nurhaini, "Pengaruh Konsep Diri dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif

- Terhadap Gadget,” *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 6, no. 1, pp. 92–100, 2018, doi: 10.30872/psikoborneo.v6i1.4532.
- [8] W. L. Puspitasari, Mariyati, and Thamrin, “Hubungan Tingkat Kecanduan Dengan Tingkat Kecemasan Pelaku Judi Online Di Wilayah Kecamatan Toroh,” *J. Ilmu Keperawatan Komunitas*, 2022.
- [9] A. Mathorri, “Kontrol Diri Remaja Dalam Mengurangi Permainan Judi Online Di Kota Bengkulu,” 2022.
- [10] D. Haditya, “Pengaruh Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Kecenderungan Kecanduan Judi Online Pada Mahasiswa di Kota Malang.”
- [11] Azwar, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2010.
- [12] D. Priyatno, *Paham Analisis Statistik Data dengan SPSS*. Yogyakarta: MediaKom, 2010.
- [13] J. Averill, *The self-control of emotional reactions to a stressful film*. *Journal of Personality*. 1972. [Online]. Available: <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1972.tb00083.x>
- [14] T. Winarsunu, *Statistik dalam penelitian psikologi & pendidikan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2015.
- [15] P. Wandita and H. Sakti, “Dapatkah Aku Berhenti Berjudi? (Studi Fenomenologis Profil Penjudi Bola Yang Memasuki Masa Dewasa Awal),” *Fak. Psikol. Univ. Diponegoro*, vol. 3, no. 1, 2014.