

**PERAN KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU JUDI *ONLINE* PADA
IBU RUMAH TANGGA DI NUSA TENGGARA TIMUR**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Yuliana Afilia

21090000252

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG**

2025

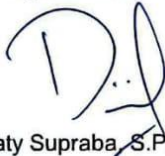
LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Yuliana Afila
Nim : 21090000252
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Peran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Judi Online pada Ibu Rumah Tangga di Nusa Tenggara Timur

Malang, 31 Juli 2025

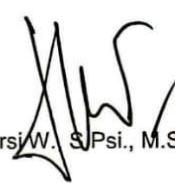
DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**Peran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Judi Online pada
Ibu Rumah Tangga di Nusa Tenggara Timur**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Yuliana Afilia
21090000252

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 16 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



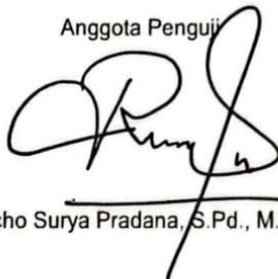
Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji



Richo Surya Pradana, S.Pd., M.Pd

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana.

Malang, 31 Juli 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yuliana Afila
Nomor Pokok : 21090000252
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi : Peran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Judi
Online pada Ibu Rumah Tangga di Nusa
Tenggara Timur.
Lokasi Penelitian : Nusa Tenggara Timur
Alamat Rumah Asal : Mukun, Kecamatan Kota Komba, Kabupaten
Manggarai Timur, NTT
No. Telp/ Email : 082147195380/ yulianaafila@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 31 Juli 2025



Yuliana Afila

MOTTO

Kunci Kebahagiaan kita bukanlah
pada peristiwa dan kejadian yang kita alami,
tetapi pada jendela yang kita gunakan untuk melihat dunia

“Arvan Pradiansyah”

Apa Saja yang kamu minta dalam doa dengan
penuh kepercayaan, kamu akan menerimanya

“Matius 21:22”

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan rasa syukur yang mendalam, karya skripsi ini kupersembahkan kepada:

Sang Juru Selamat Tuhan Yesus Kristus yang senantiasa menuntun langkah hidup saya. Tanpa kekuatan dari-Nya, saya tidak mungkin bisa menyelesaikan perjalanan ini dengan baik. Segala yang terjadi adalah bagian dari rencanan-Nya yang indah.

Papa Fonsianus Mandur dan mama Teresia Avila, terima kasih atas segala cinta, kasih sayang dan nasehat yang tak henti-hentinya kalian berikan untuk saya. Yang senantiasa mendoakan untuk keberhasilan anaknya, dan memberikan dukungan serta motivasi untuk tetap kuat disetiap proses dalam hidup. Terima kasih buat perjuangan yang tangguh kalian, meskipun ayah dan ibu tidak pernah duduk dibangku kuliah, namun kalian berhasil membuat anak pertamanya menempuh pendidikan sampai sarjana. *I Love You Mom and Dad.*

Kedua adik saya terkasih Marto Mandur dan Acen Rasman, semoga karya ini dapat menjadi contoh dan motivasi bagi kalian untuk terus belajar dan berkembang, dan semoga kalian juga mencapai kesuksesan dimasa depan.

Kepada keluarga besar tercinta, semoga Tuhan senantiasa melindungi, menjaga kesehatan, dan melimpahkan kebahagiaan disetiap hari kalian. Terima kasih telah menjadi bagian penting dari perjalanan hidup ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga skripsi yang berjudul *“Peran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Judi Online pada Ibu Rumah Tangga di Nusa Tenggara Timur”* dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Penelitian ini tentu tidak akan berhasil tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena banyak hambatan dan rintangan yang harus peneliti lalui untuk bisa menyelesaikan penelitian ini. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Prihat Assih, S.E., M.Si., A.K., CSRS, selaku Rektor Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menempuh pendidikan di institusi ini.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah memimpin dan mengayomi fakultas dengan penuh dedikasi.
3. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., M.A., Ph.D selaku Wakil Dekan I
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan II yang telah memberikan arahan dan dukungan selama masa studi penulis.
5. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si. dan Ibu Deasy Christina Sera, S.Psi., M.Si., selaku Ketua dan Sekretaris Program Studi Psikologi, atas segala bantuan dan koordinasi yang memudahkan jalannya studi penulis.

6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan ilmu dengan tulus selama peneliti menjalani perkuliahan.
7. Kepada orang tua tercinta, keluarga besar, sahabat, dan teman-teman yang selalu mendukung serta membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman kontrakan Yerusalem, Tatik Indrawati, Trin Wanar, Clara Lastriani, Verni Dian, dan Ocik Kornelia, terima kasih telah menjadi keluarga kedua saya selama berada di Malang. Dukungan dan bantuan kalian sangat berarti bagi saya.
9. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan terlibat dalam proses penyelesaian skripsi ini, baik yang secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Setiap doa, dukungan yang kalian berikan sangat berarti bagi penulis.
10. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, untuk setiap proses yang dilalui selama ini. Terima kasih telah bertahan, terus berjuang di tengah tekanan, kelelahan, dan keraguan. Terima kasih sudah memilih untuk tidak menyerah, meski sering kali merasa tidak mampu. Terima kasih telah tetap berjalan meskipun perlahan, dan tetap percaya bahwa setiap proses memiliki makna. Semoga langkah ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih kuat dan bijaksana di masa depan.

Semoga setiap kebaikan yang diberikan oleh semua pihak mendapat balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Esa. Skripsi ini penulis selesaikan sebagai bentuk penghormatan dan terima kasih atas setiap dukungan dan cinta yang telah penulis terima sepanjang perjalanan ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya. Penulis bisa menyelesaikan skripsi dengan judul “Peran Kontrol Diri terhadap Perilaku Judi Online pada Ibu Rumah Tangga di Nusa Tenggara Timur”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Skripsi ini disusun untuk mengetahui peran kontrol diri terhadap perilaku judi online pada ibu rumah tangga di Nusa Tenggara Timur. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penelitian ini tentu masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu jika di masa mendatang terdapat kritikan terkait hasil penelitian ini, penulis akan menerima dengan tangan terbuka. Penulis berharap hasil dari penelitian ini akan bermanfaat bagi pembaca, akademisi, dan pihak-pihak terkait. Semoga kebaikan pihak-pihak terkait mendapat balasan setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa.

Malang, 31 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Perilaku Judi <i>Online</i>	9
1. Definisi Perilaku Judi <i>Online</i>	9
2. Aspek-Aspek Perilaku Judi Online	10
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Judi Online.....	11
B. Kontrol Diri.....	14
1. Definisi Kontrol Diri	14
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	15
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	16
C. Keterkaitan antara Perilaku Judi Online dengan Kontrol Diri	17
D. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian.....	21
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	21

C. Partisipan Penelitian	22
D. Cara Pengumpulan Data	23
E. Cara Analisis Data	25
F. Prosedur Penelitian	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Deskripsi Subjek Penelitian	29
B. Kategorisasi Data	29
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	31
D. Hasil Uji Hipotesis	33
E. Pembahasan	36
BAB V PENUTUP	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skala Likert	24
Tabel 2 Jumlah Responden Berdasarkan Usia.....	29
Tabel 3 Norma Kategorisasi	30
Tabel 4 Kategorisasi data Perilaku judi online	30
Tabel 5 Kategorisasi Data Kontrol Diri	31
Tabel 6 Analisis Deskriptif.....	32
Tabel 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri dan Skala Perilaku Judi Online ..	33
Tabel 8 Hasil uji Normalitas Kolmogorov- Smirnov	34
Tabel 9 Hasil uji linearitas variabel X dan Y	34
Tabel 10 Hasil Analisa Regresi Antara X dan Y.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka berpikir	20
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Reliabilitas	48
Lampiran 2 Skala Penelitian.....	50
Lampiran 3 Tabulasi Data Penelitian.....	54
Lampiran 4 Hasil Uji Reliabilitas	63
Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas	65
Lampiran 6 Hasil Uji Linearitas.....	67
Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis.....	69
Lampiran 8 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	71
Lampiran 9 Surat Keterangan Kemiripan Hasil Turnitin.....	73
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup.....	76

Peran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Judi Online pada Ibu Rumah Tangga di Nusa Tenggara Timur

Yuliana Afila
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
yulianaafila@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kontrol diri terhadap perilaku judi online pada ibu rumah tangga di Nusa Tenggara Timur. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan regresi, dengan jumlah responden 120 responden. Penentuan sampling menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala kontrol diri ($\alpha = 0,857$) dan skala perilaku judi online ($\alpha = 0,945$). Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana yang dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Hasil analisis data menunjukkan koefisien regresi $F = 20.435$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($0,000 < 0,05$). Nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,148$, menunjukkan bahwa kontrol diri memberikan pengaruh sebesar 14,8 % terhadap perilaku judi online. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peran negatif antara kontrol diri dengan perilaku judi online pada ibu rumah tangga. Penelitian ini menegaskan pentingnya tingkat kontrol diri sebagai langkah preventif dalam mencegah perilaku judi online, khususnya pada ibu rumah tangga.

Kata Kunci: Ibu Rumah Tangga; Kontrol Diri; Perilaku Judi Online

The Role of Self-Control on Online Gambling Behavior in Housewives in East Nusa Tenggara

Yuliana Afil
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang
yulianaafila@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the role of self-control on online gambling behavior among housewives in East Nusa Tenggara. This research method uses a quantitative method with a regression approach, with a total of 120 respondents. Sampling determination uses an accidental sampling technique. The measuring instruments used are a self-control scale ($\alpha = 0.857$) and an online gambling behavior scale ($\alpha = 0.945$). The data analysis technique used is simple linear regression conducted with the help of the SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) program. The results of the data analysis show a regression coefficient of $F = 20.435$ with a significance value of $p = 0.000$ ($0.000 < 0.05$). The coefficient of determination value of $R^2 = 0.148$, indicating that self-control has a 14.8% influence on online gambling behavior. Based on these results, it can be concluded that there is a negative role between self-control and online gambling behavior among housewives. This study emphasizes the importance of self-control as a preventive measure in preventing online gambling behavior, especially among housewives.

Keywords: Housewives; Online Gambling Behavior; Self-Control