

STUDI FENOMENOLOGI TENTANG GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL* *WELL-BEING* PADA PELAKU JUDI *ONLINE*

Oleh:

Daud Al Ikhlas,

Hazim

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Januari, 2025

Pendahuluan

- Perjudian merupakan suatu aktivitas yang sifatnya merugikan bagi pelaku individu. Akan tetapi hal tersebut belum disadari oleh pelaku judi, sehingga membawa dampak buruk pada individu dan lingkungan sekitarnya. Dengan hadirnya teknologi karena perkembangan zaman, perjudian turut berkembang dengan cara online atau biasa disebut judi online.
- Menurut Gray dkk dalam (Marionneau & Nikkinen, 2022), konsekuensi yang paling berbahaya bagi pelaku judi online yaitu bunuh diri. Hasil Penelitian (Blaszczynski A, 1998) menunjukkan adanya hubungan antara perjudian dengan bunuh diri, Perjudian mempunyai dampak pada angka kematian dan bunuh diri, meskipun itu penyakit penyerta kesehatan mental yang umum tidak memprediksi angka kematian secara keseluruhan, akan tetapi depresi memprediksi kematian akibat bunuh diri (Anna Karlsson, 2018).
- Melalui laman resmi Badan Pusat Statistik (BPS), Pada tahun 2023 terdapat catatan bahwa telah terjadi transaksi judi online di Indonesia yang mencapai Rp307 triliun. Statistik tersebut merupakan statistik tertinggi dalam kurun waktu dari tahun 2017 sampai 2023. Sedangkan pada tahun 2023 transaksi judi online mencapai 168 juta transaksi.
- Dari alur permainan judi online tersebut bisa memberikan dampak bagi pelaku judi online secara psikologis dimana fenomena kekalahan yang disamarkan sebagai kemenangan sehingga individu tersebut tidak memiliki kesempatan untuk evaluasi diri pada kejadian sebelumnya.
- Menurut Kaplan 2010 (Santoso et al., 2018) depresi adalah kondisi di mana fungsi manusia mengalami gangguan yang berhubungan dengan suasana hati yang sedih, disertai berbagai gejala seperti perubahan pola tidur dan nafsu makan, gangguan psikomotor, kesulitan berkonsentrasi, hilangnya kemampuan menikmati aktivitas (*anhedonia*), kelelahan, perasaan putus asa dan tidak berdaya, hingga keinginan untuk melakukan bunuh diri.

Pendahuluan

- Dampak perilaku judi online sebagaimana diuraikan di atas mengindikasikan bahwa pelaku judi online mengalami permasalahan pada kondisi kesejahteraan psikologisnya (PWB). Kesejahteraan psikologis (*Psychology well-being*) adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu dengan cerminan dari gaya hidup, mencakup pada pikiran dan perasaan positif yang digunakan evaluasi kehidupan individu untuk perubahan hidup yang lebih baik (Boehm, J. K., & Kubzansky, 2012).
- Sejalan dengan definisi (Ryff, C. D., & Keyes, 1995) kesejahteraan psikologi merujuk pada penilaian individu terhadap kemampuannya dalam mengenali serta mengembangkan potensi unik yang dimiliki, sekaligus mengoptimalkannya untuk menghadapi berbagai aspek kehidupan, terutama saat dihadapkan pada tantangan dan perubahan dalam hidup.
- Kesejahteraan psikologis memiliki beberapa aspek menurut (C. D. (1989) Ryff, 1989) yaitu, (1) penerimaan diri, yaitu aspek yang melakukan evaluasi positif pada diri individu dan kejadian yang telah terjadi di masa lalu; (2) relasi positif dengan orang lain, yakni aspek yang merasakan kepuasan atas kualitas hubungan dengan orang lain; (3) kemandirian, yaitu aspek suatu kesadaran individu yang untuk menentukan segala sesuatu atas diri sendiri; (4) penguasaan lingkungan, yaitu aspek dimana individu mampu untuk mengendalikan lingkungan sekitar dan bisa hidup dengan cara yang efektif; (5) tujuan hidup, yakni aspek individu yang dengan yakin bahwa hidupnya memiliki suatu makna dan memiliki tujuan yang jelas; serta (6) pengembangan diri, yaitu aspek dimana individu memiliki keinginan untuk terus bisa tumbuh dan berkembang sebagai manusia.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Bagaimana gambaran mengenai psychological well-being pada pelaku judi online?

Metode

- Metode penelitian ini kualitatif bersifat fenomenologi. Yaitu suatu metode penelitian yang berupaya untuk menelaah maksud dari suatu pengalaman hidup manusia menjalani suatu tahapan dalam kehidupannya menurut Kusuma 2011 (Dwi Wahyuni, 2019). Selain itu metode ini bertujuan untuk mereduksi suatu pengalaman individu pada fenomena membuat deskripsi tentang esensi atau intisari secara universal, Van Manen, 1990 dalam buku (Creswell, 2014)
- Subjek penelitian ini berjumlah tiga orang pelaku judi online di Sidoarjo yang direkrut melalui *purposive sampling*. Menurut Sugiyono 2015 dalam (Maharani & Bernard, 2018) teknik *Purposive sampling* adalah suatu teknik untuk penentuan dan pengambilan sampel yang ditentukan oleh peneliti dengan pertimbangan tertentu. Kriterianya adalah: Pelaku yang bermain judi online, telah melakukan judi online selama kurang lebih 3 tahun, pelaku berada di Sidoarjo.
- Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode wawancara semi-terstruktur. Wawancara semi-terstruktur merupakan penggabungan antara pertanyaan terencana dan tidak terencana yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman informasi yang lebih dalam dari narasumber. Menurut Sugiyono 2011 dalam (Yoko Satya Nur Islamy et al., 2021) mengungkapkan bahwa wawancara yang baik itu dilakukan dengan cara langsung maksudnya *face to face* yang bertujuan untuk bisa mendalami situasi dan kondisi dari informan serta bisa memunculkan keakuratan dengan cara wawancara semi terstruktur.
- Pedoman wawancara diadopsi dari panduan wawancara kesejahteraan psikologis dalam penelitian (Annisa Mega Radyani, 2017) Panduan pedoman wawancara tersebut berisi Aspek-aspek yang menjadi fokus dalam penelitian ini didasarkan pada teori kesejahteraan psikologis dari Ryff (1989), yaitu (1) penerimaan diri, (2) hubungan positif, (3) kemandirian, (4) penguasaan lingkungan, (5) tujuan hidup, dan (6) pengembangan diri. Pedoman wawancara tersebut dijadikan dalam alur wawancara sesuai tema.

Metode

- Keabsahan dalam data penelitian ini dilakukan melalui triangulasi sumber. Triangulasi sumber dilakukan melalui prosedur wawancara kepada rekan dekatnya subjek untuk validasi jawaban dari subjek sehingga data yang disajikan oleh peneliti telah valid karena telah melalui tahap keabsahan tersebut. Triangulasi sumber dari rekan dekatnya subjek yang dilakukan dengan cara mengecek data hasil dari wawancara ketiga subjek, yang kemudian dilakukan member check yang bertujuan mengetahui kesesuaian data yang telah diperoleh oleh narasumber. Menurut Moleong dalam (Sutriani & Octaviani, 2019) pengecekan keabsahan data butuh dilakukan untuk menghindari kesalahan atau kekeliruan data yang telah terkumpul.
- Teknis analisis data yang digunakan pada penelitian ini mengacu pada (Huberman & Miles, 1992), dimana teknik analisis data kualitatif nya melalui tiga tahap yaitu, reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan. Reduksi data adalah salah satu tahapan awal dalam teknik analisis data untuk proses pemilihan untuk penyederhanaan yang bertujuan untuk mengabstraksi data yang masih belum diolah/data kasar yang muncul dari catatan saat di lapangan. Penyajian data adalah suatu kegiatan penyusunan sekumpulan informasi sehingga memungkinkan menghasilkan Kesimpulan. Penarikan Kesimpulan merupakan tahapan terakhir pada teknik analisis data dimana dalam penelitian kualitatif penarikan kesimpulan tersebut dengan cara induktif, yang mana peneliti memulai dari kejadian-kejadian yang bersifat khusus dengan didasari pengalaman nyata dan kemudian dirumuskan menjadi model, konsep, teori, prinsip atau definisi yang sifatnya umum.

Hasil & Pembahasan

Dari hasil wawancara, cukup lemahnya pada kesejahteraan psikologis pada ketiga individu tersebut. Karena ada beberapa dimensi tiap individu terhambat karena bermain judi online sehingga berpengaruh pada kondisi internal individu. Kurang optimalnya. Menurut Ryff (1989, 2014; dalam Ryan & Deci, 2001), Ryff dan Keyes (1995), serta Ryff dan Singer (1996, 2008) dalam (Pedhu, 2022), individu yang tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi ditandai dengan perasaan adanya perkembangan yang terus-menerus dalam dirinya. Mereka melihat diri sebagai individu yang senantiasa tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki kesadaran akan potensi diri, dapat merasakan perubahan positif dalam diri dan perilakunya seiring waktu, serta mampu menjadi pribadi yang lebih efektif. Sebaliknya, individu dengan pertumbuhan pribadi yang rendah cenderung merasa stagnan, tidak merasakan adanya kemajuan atau pengembangan diri, merasa jenuh dan kehilangan minat terhadap hidup, serta merasa kesulitan dalam mengembangkan sikap dan perilaku yang positif

Temuan Penting Penelitian

- Penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis (psychological well-being) pada pelaku judi online cenderung rendah, yang tercermin dari lemahnya penerimaan diri, hubungan sosial yang terbatas, kemandirian dalam pengambilan keputusan, dan penguasaan lingkungan. Namun, dimensi tujuan hidup dan pengembangan diri masih relatif terjaga, mencerminkan adanya potensi pemulihan dan perbaikan.
- Hasil wawancara mengungkapkan bahwa pelaku judi online mengalami berbagai tantangan psikologis, seperti stres berkepanjangan, penyesalan atas perilaku masa lalu, serta keterbatasan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat. Meskipun demikian, terdapat upaya untuk melakukan perubahan positif, seperti mengurangi intensitas berjudi dan mengganti kebiasaan negatif dengan aktivitas yang lebih produktif.
- Penelitian ini memperkuat teori kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff (1989), yang menekankan pentingnya enam dimensi kesejahteraan dalam membangun kehidupan yang bermakna dan seimbang. Namun, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa aktivitas berjudi online menghambat perkembangan optimal pada beberapa dimensi kesejahteraan tersebut, terutama dalam aspek penguasaan lingkungan dan kemandirian.

Manfaat Penelitian

- Temuan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikologis untuk pelaku judi online, yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka melalui pendekatan konseling berbasis kognitif dan pengembangan strategi coping positif.

Referensi

- ndrianie, P. S., Reynaldy, R., & Gunawan, L. S. (2023). Kesejahteraan Psikologis Ditinjau dari Tingkat Stres Mantan Pecandu Napza. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 8(1), 16–30. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v8i1.6661>
- Anna Karlsson, A. H. (2018). Gambling disorder, increased mortality, suicidality, and associated comorbidity: A longitudinal nationwide register study. *J Behave Addict*, 7(4), 1091–1099. <https://doi.org/10.1556/2006.2023.10000>
- Annisa Mega Radyani. (2017). *STUDI MENGENAI GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA YANG TELAH MENGIKUTI STUDENT EXCHANGE PROGRAM*.
- Blaszczynski A., . Farrell E. (1998). A Case Series of 44 Completed Gambling-Related Suicides. *J Gambl Stud.*, 14(2), 93–109. <https://doi.org/10.1023/a:1023016224147>
- Boehm, J. K., & Kubzansky, L. D. (2012). The heart's content: The association between positive psychological well-being and cardiovascular health. *Psychological Bulletin*, 138(4), 655–691. <https://doi.org/10.1037/a0027448>
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset Memilih di antara lima pendekatan* (Saifuddin Zuhri qudsy (ed.); Ketiga). PUSTAKA PELAJAR.
- Dwi Wahyuni. (2019). Studi Fenomenologi : Pengalaman Pasien Kanker Stadium Lanjut. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(2), 1041–1047. *Jom*, 2(January 2015), 2.
- Elvia, V., Yulanda, A., Frinaldi, A., & Eka Putri, N. (2023). Perjudian Online di Era Digital: Analisis Kebijakan Publik Untuk Mengatasi Tantangan dan Ancaman. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora (Isora)*, 1(3), 111–119. <https://isora.tpublising.org/index.php/isora>
- Gainsbury, S. M. (2015). Online Gambling Addiction: the Relationship Between Internet Gambling and Disordered Gambling. *Current Addiction Reports*, 2(2), 185–193. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0057-8>
- Huberman, & Miles. (1992). Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Studi Komunikasi Dan Media*, 02(1998), 1–11.

Referensi

- Imawati, D., & Sulistyani, N. W. (2024). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Pria Dewasa Awal dengan Orientasi Seksual Homoseksual. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(2), 904–912. <https://doi.org/10.60126/maras.v2i2.301>
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Maharani, S., & Bernard, M. (2018). Analisis Hubungan Resiliensi Matematik Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa Pada Materi Lingkaran. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 819. <https://doi.org/10.22460/jpmi.v1i5.p819-826>
- Marheni, K. I. (2021). Psychological Well-Being dan Keterampilan Bersosialisasi pada Wanita Bekerja yang Sudah Menikah. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4(1), 9–16.
- Marionneau, V., & Nikkinen, J. (2022). Gambling-related suicides and suicidality: A systematic review of qualitative evidence. *Frontiers in Psychiatry*, 13(October), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.980303>
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 65. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Pribadi, B. M., & Ambarwati, K. D. (2023). Psychological well-being pada remaja akhir korban perceraian orang tua di kabupaten pati. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 14889–14901. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0Ahttp://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/2139>
- Putriyani, R., & Listiyandini, R. A. (2018). Peran Dukungan Suami bagi Kesejahteraan Psikologis Jurnalis Perempuan. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 35–45. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.630>
- Rafiqah, L., & Rasyid, H. (2023). The Dampak Judi Online terhadap Kehidupan Sosial Ekonomi Masyarakat. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan*, 20(2), 282–290. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v20i2.763>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Referensi

-
- Ryff, C. D. (1989). (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Santosa, N. M., Arisanti, ;, Putri, S., Dyah, ;, Kinanti, A., Jovanka, ;, & Supriyadi, T. (2024). Dampak Sosial dan Psikologis Dari Perjudian Online. *WELL_BEING Psychological Journal*, 1(1), 64–73.
- Santoso, M. B., Siti Asiah, D. H., & Kirana, C. I. (2018). Bunuh Diri Dan Depresi Dalam Perspektif Pekerjaan Sosial. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 390. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.18617>
- Satriyono, D., & Ula, D. M. (2023). Dampak Judi Online Dikalangan Masyarakat Kabupaten Katingan Daerah Tumbang Samba. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 2(6), 97–102.
- Sutriani, E., & Octaviani, R. (2019). Topik: Analisis Data Dan Pengecekan Keabsahan Data. *INA-Rxiv*, 1–22.
- Triwahyuni, A., & Eko Prasetyo, C. (2021). Gangguan Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Baru. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 35–56. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art3>
- Yoko Satya Nur Islamy, R., Suraeni Yuniwati, E., Azis Abdullah, dan, & Wisnuwardhana Malang Penulis Koresponden, U. (2021). Perilaku Hedonis Pada Masa Dewasa Awal. *Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 1(1), 179–190. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1238>

