

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemajuan teknologi digital dalam beberapa tahun terakhir telah membawa perubahan pada pola perilaku masyarakat, termasuk dalam aktivitas hiburan dan transaksi keuangan secara daring. Secara global, jumlah pengguna internet terus meningkat. Laporan *We Are Social* menunjukkan bahwa pada tahun 2025 sebanyak 5,56 miliar penduduk dunia telah terhubung dengan internet, mencerminkan semakin luasnya penggunaan teknologi digital dalam berbagai aspek kehidupan (Detikinet 2025). Di Indonesia, peningkatan tersebut juga sangat signifikan. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh APJII (2026), tingkat penggunaan internet di Indonesia pada tahun 2026 mencapai 81,72% dari total populasi nasional. Dari jumlah penduduk Indonesia yang sebanyak 287.886.782 jiwa, tercatat sekitar 235.261.078 jiwa telah terhubung dan menggunakan internet. Angka tersebut menunjukkan bahwa lebih dari delapan dari setiap sepuluh penduduk Indonesia telah memiliki akses terhadap layanan internet, yang mengindikasikan semakin luasnya pemanfaatan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari (APJII, 2026).

Tingginya penggunaan internet tersebut tidak hanya membawa dampak positif, tetapi juga membuka peluang terhadap berbagai aktivitas ilegal berbasis daring, salah satunya perjudian daring. Selanjutnya, pada periode Juli hingga September 2023, Kementerian Komunikasi dan Informatika melakukan pemutusan akses terhadap 124.439 konten perjudian daring (Kominfo, 2023). Berdasarkan laporan resmi Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan (PPATK) tahun 2023-2025, tren transaksi perjudian daring di Indonesia menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan dan berdampak luas terhadap perekonomian nasional. Pada tahun 2023, total akumulasi perputaran dana terkait perjudian daring mencapai Rp327 triliun dalam 168 juta transaksi, dengan 3.295.310 orang teridentifikasi

bermain perjudian daring. angka ini mencakup sekitar 63% dari total akumulasi Rp517 triliun sejak 2017.

Memasuki tahun 2024, kondisi semakin mencemaskan ketika PPATK mengidentifikasi 571.410 penerima bantuan sosial (bansos) terlibat perjudian daring dengan total deposit Rp957 miliar dalam 7,5 juta transaksi, menunjukkan pola transaksi kecil namun berintensitas tinggi melalui kanal digital. Data ini menegaskan bahwa perjudian daring telah berkembang menjadi fenomena masif, sistematis, dan berdampak serius terhadap stabilitas ekonomi serta kesejahteraan masyarakat, termasuk kelompok rentan penerima bansos.



Gambar 1.1 Data Pelaku Perjudian di Indonesia (Sumber PPATK,2024)

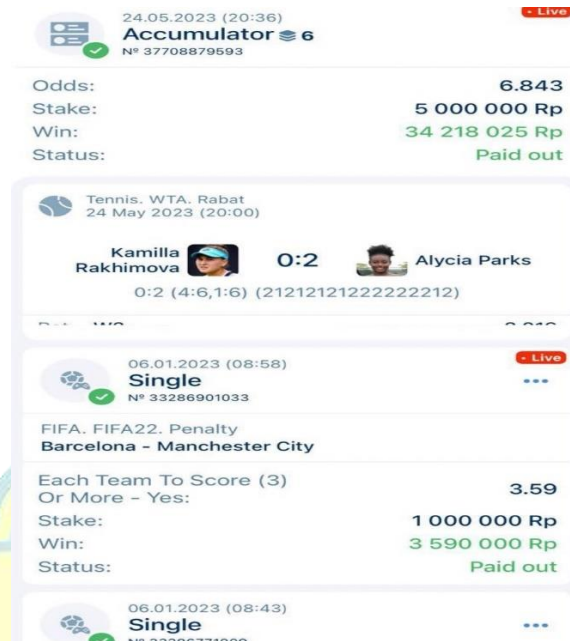
Berdasarkan data yang disampaikan (PPATK, 2024), praktik judi *online* di Indonesia telah menjangkau berbagai kelompok usia dan menunjukkan kondisi yang cukup memprihatinkan. Dari sekitar 4.000.000 pelaku, kelompok usia dewasa 21-50 tahun menjadi yang paling dominan, yakni sekitar 54% atau setara dengan 2.160.000 individu. Temuan ini mengindikasikan bahwa kelompok usia dewasa (21-50 tahun) memiliki tingkat keterlibatan tertinggi dalam perjudian daring, sehingga meningkatkan risiko terhadap berbagai dampak negatif dalam jangka panjang.

Sebagai kawasan metropolitan dengan aktivitas ekonomi tinggi, Jabodetabek memiliki karakteristik urban yang ditandai oleh tekanan ekonomi,

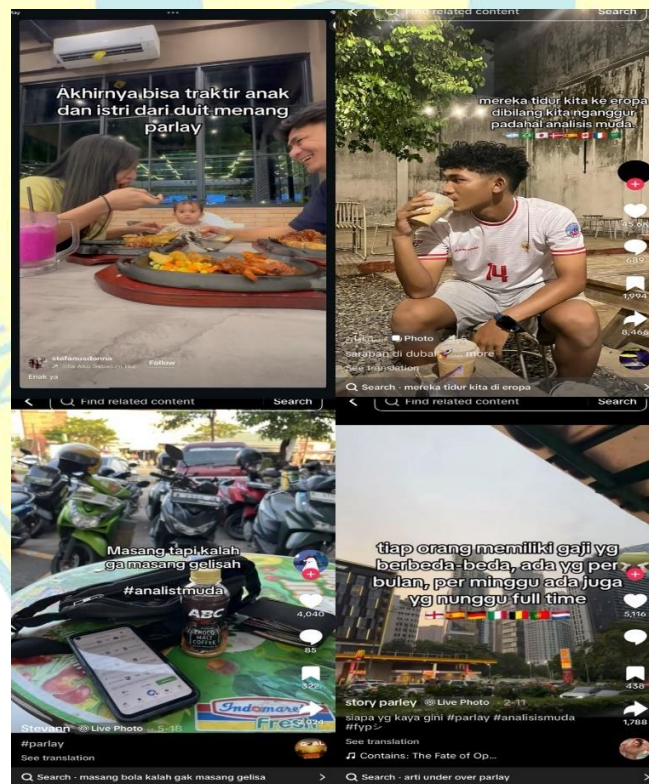
gaya hidup kompetitif, serta tingginya paparan media sosial. Kondisi ini berpotensi meningkatkan kecenderungan individu untuk mencari keuntungan instan melalui platform digital, termasuk perjudian daring. Perjudian daring atau judi *online* merupakan aktivitas perjudian yang seluruh prosesnya berlangsung secara *online*, mulai dari mekanisme permainan hingga transaksi finansial. Bentuknya meliputi slot *online*, togel *online*, kasino *online*, judi bola, poker, dan berbagai bentuk taruhan lainnya (Firnando dan Legowo, 2021). Karakteristik utama perjudian daring adalah anonimitas, aksesibilitas tinggi, serta iming-iming keuntungan instan, sehingga meningkatkan risiko keterlibatan individu. Media sosial kini turut berkontribusi dalam meningkatnya normalisasi perjudian daring di masyarakat.

Fenomena tersebut terlihat dari banyaknya konten judi *online* yang tersebar di berbagai platform digital, baik dalam bentuk promosi situs maupun unggahan individu yang memperlihatkan aktivitas berjudi secara terbuka. Tidak sedikit influencer dan content creator yang ikut memasarkan situs perjudian daring melalui unggahan, siaran langsung, atau tautan afiliasi dengan menonjolkan peluang kemenangan serta keuntungan finansial yang besar. Kondisi ini secara tidak langsung dapat membentuk anggapan bahwa perjudian daring merupakan aktivitas yang lumrah dan menguntungkan.

Paparan konten perjudian yang muncul secara berulang juga membuat aktivitas tersebut semakin mudah dijangkau, terutama oleh kelompok usia muda yang aktif menggunakan media sosial. Situasi ini berpotensi menimbulkan rasa penasaran, ketertarikan, hingga mendorong individu untuk mencoba terlibat dalam perjudian daring. Dengan demikian, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi dan hiburan, tetapi juga dapat menjadi media penyebaran sekaligus normalisasi praktik perjudian daring. Berikut merupakan bukti fenomena perjudian daring di media sosial.



Gambar 1.2 Fenomena Perjudian (Sumber Tiktok 2026)



Gambar 1.3 Fenomena Perjudian (Sumber Tiktok 2026)

Fenomena normalisasi perjudian daring semakin tampak melalui berbagai konten yang beredar di media sosial. Berdasarkan Gambar 1.3, ditemukan sejumlah unggahan yang menampilkan keuntungan finansial, gaya hidup, maupun pencapaian tertentu yang dikaitkan dengan aktivitas judi *online*. Narasi seperti “akhirnya bisa traktir anak dan istri dari duit menang parlay” serta unggahan lain yang menonjolkan keberhasilan dari perjudian berpotensi membentuk anggapan bahwa judi *online* merupakan cara yang mudah untuk memperoleh keuntungan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi pengguna media sosial, khususnya kelompok dewasa awal, untuk memandang perjudian daring sebagai aktivitas yang wajar dan relatif tidak berisiko.

Selain itu, paparan konten semacam ini secara tidak langsung turut memperkuat normalisasi perjudian daring di ruang digital. Ketika individu lebih sering melihat unggahan yang menampilkan keberhasilan dan keuntungan dari perjudian tanpa disertai informasi mengenai dampak negatifnya, persepsi mengenai risiko perjudian dapat menjadi berkurang. Situasi ini semakin mengkhawatirkan karena media sosial memungkinkan penyebaran informasi secara cepat dan menjangkau banyak pengguna. Akibatnya, perjudian daring berpotensi dipandang sebagai perilaku yang lumrah serta semakin mudah diterima dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut Adiksi merupakan kondisi ketika seseorang mengalami ketergantungan yang kuat terhadap suatu zat atau perilaku sehingga sulit mengendalikan diri. Adiksi tidak hanya terbatas pada zat, tetapi juga dapat muncul dalam bentuk perilaku tertentu yang memberikan dampak serupa bagi individu dan lingkungan sosialnya. Dalam konteks perilaku adiktif, Thombs 2006 (dalam ; Nurmina, Utami dan Nazarlin, 2026) menegaskan bahwa adiksi melibatkan keterkaitan antara aspek psikologis dan fisiologis. Artinya, ketergantungan tidak hanya dirasakan secara emosional, tetapi juga dapat memicu perubahan pada sistem tubuh. Secara umum, perilaku adiktif memiliki beberapa karakteristik utama, yaitu: (1) adanya dorongan kuat atau kompulsivitas untuk terus melakukan perilaku meskipun menyadari dampaknya; (2) ketergantungan psikologis yang menimbulkan rasa tidak nyaman saat perilaku dihentikan; (3) toleransi, yaitu kebutuhan untuk meningkatkan intensitas atau frekuensi guna memperoleh efek

yang sama; (4) munculnya gejala putus secara psikologis seperti cemas atau mudah marah ketika mencoba berhenti; serta (5) kesulitan mengendalikan perilaku meskipun sudah berulang kali berusaha menghentikannya. Dengan demikian, perilaku adiksi dapat terjadi tidak hanya pada penggunaan zat seperti narkoba dan alkohol, tetapi juga pada aktivitas seperti bermain game, berjudi, atau penggunaan media sosial secara berlebihan. Oleh sebab itu, pemahaman yang komprehensif mengenai mekanisme adiksi menjadi penting agar individu mampu mengembangkan strategi penanganan yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Di Indonesia, perjudian merupakan aktivitas yang melanggar hukum dan norma agama serta diatur dalam KUHP dan UU ITE dengan ancaman pidana penjara dan denda (Suciati dan Supanto, 2015). Meskipun demikian, praktiknya tetap marak terjadi. Faktor penyebabnya meliputi tekanan ekonomi, pengaruh lingkungan sosial, kebutuhan hiburan, serta kemudahan akses melalui perangkat digital (Zainal, 2018). Dampak yang ditimbulkan tidak hanya berupa kerugian finansial, tetapi juga gangguan kesehatan mental, konflik sosial, perilaku impulsif, hingga potensi tindak kriminal. Penelitian Wahfidz, Addiyansyah, dan Rofi'ah (2023) juga menunjukkan bahwa perjudian daring berkaitan dengan gangguan mental, memburuknya kondisi finansial, kecanduan, rusaknya relasi sosial, serta peningkatan risiko perilaku menyimpang lainnya.

Perjudian daring menimbulkan dampak yang tidak hanya dirasakan oleh pelakunya, tetapi juga oleh lingkungan sosial di sekitarnya. Permasalahan ini bersifat multidimensional karena berkaitan dengan aspek sosial, ekonomi, dan psikologis. Dari sisi sosial, keterlibatan yang berlebihan dalam aktivitas perjudian dapat mengurangi kualitas hubungan dengan keluarga maupun masyarakat. Individu yang mengalami kecanduan cenderung lebih memusatkan waktu dan perhatiannya pada kegiatan berjudi sehingga interaksi sosial menjadi berkurang. Akibatnya, berbagai permasalahan dapat muncul, seperti konflik keluarga, menurunnya keharmonisan dalam rumah tangga, hingga kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi tersebut sejalan dengan pendapat Sari (2023) yang menyatakan bahwa "Kecanduan judi online dapat menghancurkan hubungan interpersonal dan menyebabkan dampak negatif yang luas dalam masyarakat."

Pernyataan ini menunjukkan bahwa dampak perjudian daring tidak hanya terbatas pada individu, tetapi juga dapat memengaruhi kehidupan sosial secara lebih luas.

Di samping menimbulkan dampak sosial, perjudian daring juga dapat memicu berbagai permasalahan ekonomi. Walaupun aktivitas ini menguntungkan bagi penyelenggara, banyak pemain justru mengalami kerugian keuangan dalam jumlah yang tidak sedikit. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa lebih dari 40% pelaku judi online mengalami kerugian yang memengaruhi kondisi finansial mereka. Kerugian tersebut sering mendorong individu untuk terus berjudi dengan harapan dapat memperoleh kembali uang yang telah hilang. Namun, upaya tersebut justru kerap berakhir pada penumpukan utang dan munculnya kesulitan ekonomi yang semakin berat. Sejalan dengan hal itu, Rizal (2023) menjelaskan bahwa "Judi online dapat memberikan dampak ekonomi yang merugikan, terutama bagi individu yang tidak mampu mengelola keuangan mereka dengan baik." Oleh karena itu, perjudian daring dapat memperburuk keadaan finansial serta mengurangi kesejahteraan hidup individu.

Ditinjau dari aspek psikologis, perjudian daring dapat menimbulkan berbagai dampak terhadap kesehatan mental individu. Kekalahan yang terjadi secara berulang maupun kehilangan uang dalam jumlah besar sering kali memicu tekanan emosional yang kuat. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai respons negatif, seperti kecemasan, stres, frustrasi, hingga depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Universitas Indonesia pada tahun 2023 menemukan bahwa sekitar 15% pelaku judi online menunjukkan gejala kecanduan yang tergolong serius dan memerlukan penanganan profesional. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan dalam perjudian daring berisiko menimbulkan gangguan psikologis yang cukup signifikan. Sejalan dengan temuan tersebut, Lestari (2023) menyatakan bahwa "Kecanduan judi online sering kali disertai dengan perasaan putus asa dan kehilangan kontrol. Ini adalah masalah serius yang memerlukan perhatian dan intervensi yang tepat." Dengan demikian, dampak psikologis dari perjudian daring perlu mendapat perhatian karena dapat mengganggu berbagai aspek kehidupan individu secara menyeluruh.

Selain menimbulkan dampak sosial, ekonomi, dan psikologis, perjudian daring juga dapat memengaruhi perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Keterlibatan yang berlebihan dalam aktivitas perjudian sering membuat seseorang mengesampingkan berbagai kewajiban yang seharusnya dijalankan, baik dalam lingkungan keluarga, pendidikan, maupun pekerjaan. Hasil survei yang dilakukan oleh Lembaga Penelitian Sosial dan Ekonomi (LPSE) pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 30% responden yang terlibat dalam judi online mengakui pernah mengabaikan tanggung jawab mereka di rumah maupun di tempat kerja. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa perjudian daring dapat mengganggu keseimbangan kehidupan individu serta berdampak pada menurunnya produktivitas dalam menjalankan peran dan kewajibannya.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan seseorang dalam perjudian daring tidak muncul karena satu penyebab saja, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik dari luar maupun dari dalam diri individu. Faktor eksternal mencakup kemudahan akses internet, pengaruh lingkungan sosial, kondisi ekonomi, serta maraknya konten perjudian yang tersebar melalui media sosial dan berbagai platform digital. Situasi ini memungkinkan individu mengakses perjudian dengan mudah tanpa dibatasi oleh waktu maupun tempat. Sementara itu, faktor internal berkaitan dengan karakteristik psikologis, seperti impulsivitas, kemampuan mengelola emosi, dorongan untuk mencari sensasi, dan tingkat kontrol diri. Berbagai faktor tersebut turut menentukan bagaimana individu menghadapi kesempatan maupun godaan untuk terlibat dalam aktivitas perjudian yang ada di sekitarnya. Meskipun individu berada pada lingkungan yang sama dan memperoleh akses terhadap perjudian daring dalam tingkat yang relatif serupa, keterlibatan mereka dalam aktivitas tersebut dapat berbeda-beda. Hal ini menunjukkan bahwa faktor psikologis turut berperan dalam memengaruhi perilaku perjudian seseorang. Salah satu faktor internal yang banyak mendapat perhatian dalam kajian mengenai perilaku adiktif adalah kontrol diri. Individu dengan kontrol diri yang tinggi cenderung lebih mampu menahan dorongan sesaat, mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan, serta mengarahkan perilakunya agar tidak menimbulkan dampak yang merugikan. Atas

dasar itu, kontrol diri dipandang sebagai variabel yang penting untuk diteliti dalam kaitannya dengan perilaku perjudian daring.

Berdasarkan data yang ada, kelompok dewasa awal dipandang sebagai populasi yang relevan untuk diteliti lebih lanjut. Pada rentang usia ini (18–40 tahun), individu sedang berada dalam fase peralihan menuju kemandirian, yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan dalam aspek pekerjaan, finansial, maupun kehidupan sosial Hurlock, 2003 (dalam ; Siregar dkk., 2022). Dalam kondisi tersebut, kemampuan mengendalikan diri menjadi hal yang penting. Fidaiyu dkk., (2019) menjelaskan bahwa *self-control* merupakan kemampuan individu dalam mengelola respons internal serta menahan dorongan yang tidak diinginkan agar tidak diwujudkan dalam perilaku. Sejalan dengan itu, secara psikologis, kontrol diri dipahami sebagai kapasitas untuk mengatur emosi, dorongan, dan tindakan agar tetap selaras dengan tujuan jangka panjang. Baumeister dan Exline (dalam Fitriyani dan Susilawati, 2025) juga menekankan bahwa kontrol diri berkaitan dengan kemampuan menahan respons yang tidak sesuai, sementara Putri dan Andarini (2022) melihatnya sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan respons saat mengambil keputusan.

Dalam *General Theory of Crime*, Gottfredson dan Hirschi (1990) menjelaskan bahwa individu dengan kontrol diri rendah cenderung impulsif, berorientasi pada kepuasan jangka pendek, serta kurang mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Karakteristik ini sejalan dengan sifat perjudian daring yang menawarkan imbal hasil cepat dan sensasi instan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa rendahnya kontrol diri berhubungan signifikan dengan perilaku adiktif seperti kecanduan internet, penyalahgunaan zat, dan perjudian. Penelitian yang dilakukan oleh Rizani (2024) menemukan korelasi negatif signifikan antara kontrol diri dan kecanduan perjudian daring di server discord. Penelitian Lukman dan Firdaus (2021) juga menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh negatif terhadap kecanduan game *online*. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kontrol diri individu, semakin rendah kecenderungan perilaku adiktif, termasuk perjudian daring.

Namun, salah satu hasil penelitian terdahulu menunjukkan temuan yang belum konsisten. Beberapa studi melaporkan bahwa tingkat kontrol diri yang tinggi

berkaitan dengan rendahnya keterlibatan dalam perjudian daring, tetapi di temuan yang dilakukan oleh Asifa, Ramadhan dan Kur'ani (2025) menunjukkan bahwa individu dengan kontrol diri tinggi tetap terlibat dalam aktivitas perjudian daring. Perbedaan hasil ini memperlihatkan bahwa hubungan antara kontrol diri dan perilaku perjudian daring masih memunculkan variasi temuan di berbagai penelitian.

Di sisi lain, penelitian-penelitian sebelumnya masih didominasi oleh partisipan remaja dan mahasiswa, sedangkan kajian yang berfokus pada kelompok dewasa awal relatif terbatas. Padahal, individu pada tahap dewasa awal umumnya telah menghadapi tanggung jawab finansial dan sosial yang lebih kompleks, sehingga dinamika pengambilan keputusan mereka berbeda dibandingkan kelompok usia sebelumnya. Di samping itu, penelitian yang secara spesifik meneliti kelompok dewasa awal di wilayah metropolitan seperti Jabodetabek masih relatif sedikit. Wilayah ini dipilih karena memiliki karakteristik yang khas, terutama terkait tingginya tuntutan sosial dan ekonomi yang dihadapi masyarakat. Kondisi tersebut penting untuk dikaji mengingat masa dewasa awal merupakan tahap ketika individu mulai berupaya mencapai kemandirian, baik dalam aspek finansial maupun pengembangan karier. Pada konteks Jabodetabek, tantangan tersebut dapat menjadi lebih besar karena tingginya biaya hidup yang harus dipenuhi dalam kehidupan sehari-hari.

Sedangkan kawasan metropolitan seperti DKI Jakarta memiliki ciri yang menonjol, terutama terkait tingginya biaya hidup. Hal ini kemudian memunculkan pertanyaan mengenai kesesuaian UMP yang berada di kisaran Rp5,3 juta per bulan dengan kondisi nyata di lapangan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) melalui Survei Biaya Hidup (SBH) 2022, rata-rata pengeluaran rumah tangga di Jakarta mencapai sekitar Rp14,8 juta per bulan untuk 2-6 anggota keluarga (Kompas, 2025). Angka tersebut mencakup kebutuhan menyeluruh, mulai dari konsumsi hingga pengeluaran non-makanan seperti perumahan, transportasi, pendidikan, dan kesehatan. Dalam kondisi ini, khususnya bagi pekerja usia muda, pendapatan setara UMP cenderung hanya cukup untuk memenuhi kebutuhan harian. Akibatnya, perencanaan jangka panjang seperti menabung atau membangun keluarga menjadi semakin sulit untuk direalisasikan.

Kesenjangan tersebut menunjukkan pentingnya kajian empiris yang lebih kontekstual sesuai dengan kondisi masyarakat Indonesia, khususnya pada kelompok dewasa awal di kawasan metropolitan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara kuantitatif pengaruh kontrol diri terhadap perilaku perjudian daring pada dewasa awal di Jabodetabek.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Banyak masyarakat Indonesia yang terlibat dalam perjudian daring sehingga dana yang seharusnya digunakan untuk kebutuhan hidup dialihkan untuk aktivitas perjudian.
2. Adanya faktor-faktor yang mendorong individu terlibat dalam judi *online*, seperti tekanan ekonomi, kemudahan akses digital, anonimitas, serta kebutuhan memperoleh keuntungan secara instan.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkupnya pada analisis pengaruh kontrol diri terhadap perilaku perjudian daring. Subjek penelitian difokuskan pada individu dewasa awal dengan rentang usia 18-40 tahun yang berdomisili di wilayah Jabodetabek serta pernah atau sedang terlibat dalam aktivitas perjudian daring.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap adiksi perilaku perjudian daring pada dewasa awal di wilayah Jabodetabek?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menguji signifikansi pengaruh kontrol diri pada dewasa awal di wilayah Jabodetabek.
2. Untuk mengukur besaran kontribusi kontrol diri dalam menjelaskan variabel adiksi perilaku perjudian daring pada populasi subjek tersebut.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan yang bermakna bagi pengembangan keilmuan Psikologi, terutama dalam bidang Psikologi Sosial, Psikologi Klinis, serta Psikologi Perkembangan pada masa dewasa awal. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan mengenai bagaimana kontrol diri berperan sebagai salah satu faktor psikologis yang memengaruhi munculnya perilaku adiktif, khususnya perjudian daring, pada individu yang berada pada tahap dewasa awal.

1.6.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pijakan ilmiah bagi para praktisi psikologi, konselor, maupun lembaga layanan kesehatan mental di wilayah Jabodetabek dalam menyusun program intervensi dan upaya pencegahan yang menitikberatkan pada penguatan kontrol diri untuk mengurangi perilaku perjudian daring pada individu dewasa awal. Hasil penelitian ini juga berpotensi menjadi bahan pertimbangan bagi para pembuat kebijakan dan lembaga sosial dalam merancang strategi edukasi preventif mengenai risiko perjudian daring di lingkungan masyarakat metropolitan.