

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Teori dan Konsep Penelitian

##### 2.1.1 Definisi Kecanduan Judi *Online*

Kecanduan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berasal dari kata candu, yang mengacu pada sesuatu yang sangat disukai dan dapat menyebabkan ketagihan. Oleh karena itu, kecanduan berarti ketergantungan atau keinginan yang berlebihan terhadap suatu aktivitas atau kegemaran sehingga menyebabkan individu tersebut melupakan hal-hal lain di sekitarnya. Dalam konteks yang lebih halus, istilah "kecanduan" atau *addiction* sering digunakan untuk menggambarkan perilaku yang dilakukan secara berlebihan.

Istilah kecanduan awalnya digunakan terutama mengacu kepada penggunaan alkohol dan obat-obatan. Pertama, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kecanduan adalah kejangkitan suatu kegemaran (sehingga lupa hal-hal yang lain). Kedua, Menurut “*Cambrige Dictionary*” kecanduan adalah menyukai sesuatu yang terlalu banyak dan melakukan hal itu secara berlebihan. Jadi bisa disimpulkan bahwa kecanduan adalah sesuatu yang menyenangkan yang dilakukan dengan sangat berlebihan sehingga melupakan hal-hal yang lain. Kecanduan sering kali dikaitkan dengan hal-hal yang bersifat adiktif, yang dapat membuat seseorang ketagihan dan mengganggu fungsi tubuh. Menurut *American Society of Addiction Medicine*, kecanduan didefinisikan sebagai penyakit medis kronis yang melibatkan interaksi kompleks antara sirkuit otak, faktor genetik, lingkungan, dan pengalaman hidup individu. Kecanduan ini tidak hanya terkait dengan penggunaan zat terlarang, tetapi juga dapat muncul melalui perilaku kompulsif, seperti berjudi atau menggunakan media sosial (Suplig, 2020)

Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan berkaitan dengan ketergantungan terhadap sesuatu yang dilakukan secara berulang-ulang, dan tidak hanya mencakup obat-obatan serta game *online*, tetapi juga judi *online*.

### 2.1.2 Definisi Permainan Judi *Online*

Permainan judi *online* menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, merujuk pada jenis permainan yang menggunakan uang sebagai taruhan. Permainan judi *online* juga dianggap sebagai salah satu bentuk penyakit sosial. Sementara itu, togel adalah permainan taruhan dimana peserta menebak angka yang akan muncul. Istilah "togel" berasal dari gabungan kata "toto" dan "gelap". Permainan ini melibatkan beberapa peralatan, seperti kupon nomor, gambar primbon atau buku tafsir mimpi, serta buku toto gelap. Menurut Kartini Kartono *permainan judi online* merupakan suatu bentuk pertaruhan yang dilakukan dengan sengaja, dimana seseorang mempertaruhkan nilai atau sesuatu yang dianggap berharga dengan kesadaran penuh akan risiko yang ada, serta harapan-harapan tertentu terhadap hasil yang belum pasti, yang terjadi dalam permainan, pertandingan, perlombaan, atau kejadian-kejadian lainnya (Tasya Jadidah et al., 2023)

### 2.1.3 Jenis – Jenis Permainan Judi *Online*

Terdapat dua jenis permainan judi di Indonesia, yaitu:

2.1.3.1 Judi offline adalah bentuk *permainan judi online* dimana penyelenggara menjual secara langsung kepada target pasar, yang seringkali tersebar hampir merata di setiap kampung, dusun, desa, kabupaten, kecamatan, dan provinsi. Dalam jenis *permainan judi online* ini, kupon digunakan sebagai bukti transaksi, bentuk judi ini dapat berupa judi dadu, sabung ayam,

2.1.3.2 Judi *online* merupakan *permainan judi online* yang dilakukan melalui media internet, dimana pemain membeli nomor dengan mentransfer uang ke rekening bandar judi.

Berbagai jenis judi *online* memiliki karakteristik dan mekanisme permainan yang berbeda. Judi bola *online*, misalnya, mencakup beberapa jenis taruhan seperti menebak tim yang akan menang dalam pertandingan, memperkirakan jumlah gol yang tercipta, hingga taruhan kei yang memberikan informasi mengenai peluang

taruhan pada setiap pertandingan. Sementara itu, judi togel *online* merupakan permainan menebak angka yang akan muncul, dengan istilah “togel” berasal dari kata “toto gelap” yang merujuk pada jenis judi tebak angka yang bersifat rahasia. Judi poker *online* adalah permainan poker yang dilakukan melalui media internet dengan aturan yang sama seperti poker tradisional, namun dimainkan secara *online*. Pada judi kasino *online*, faktor utama yang memengaruhi permainan adalah pemilihan agen, misalnya agen yang melayani transaksi melalui ATM atau bank tertentu seperti DANA, serta pilihan jenis permainan yang sesuai dengan kemampuan pemain. Adapun judi sabung ayam *online* merupakan bentuk taruhan yang melibatkan adu dua ekor ayam di arena, namun diselenggarakan secara virtual melalui platform digital.

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 9 Tahun 1981 tentang Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 7 Tahun 1974 tentang Penertiban Permainan Judi *online*, Pasal 1 ayat (1) Beberapa di antaranya termasuk *roulette, blackjack, baccarat, creps, keno, tombala, super ping-pong, lotto fair, satan, paykyu, slot machine (jackpot), ji si kie, big six wheel, chuc a cluck*, lempar paser/bulu ayam pada sasaran yang berputar (paseran), pachinko, poker, *twenty one*, hwa-hwe, dan kiu-kiu. Meskipun permainan ini umumnya dilakukan di kasino, banyak juga yang sekarang dapat dimainkan secara *online*. Beberapa situs judi *online* populer diakses oleh pemain termasuk Sbobet.com, Hokiqq.com, Triqq.com, Scbets88.com, dan Matadewaqq1.net. Ada juga situs yang menawarkan live gambling, dimana pemain bermain secara live streaming dengan bandar asli, bukan dengan sistem acak kartu. (Makarin & Astuti, 2023)

#### 2.1.4 Aspek Kecanduan Judi *Online*

Menurut Chang (2018), kecanduan judi *online* mencakup empat aspek utama. Pertama, aspek kompulsif, dimana individu merasa terdorong kuat untuk terus berjudi meskipun sudah tidak lagi memberikan keuntungan dan malah merugikan. Kedua, aspek penarikan diri, yang terlihat dari usaha individu untuk menjauh dari aktivitas berjudi namun selalu gagal, mirip dengan perokok yang kesulitan berhenti

merokok. Ketiga, aspek toleransi, yaitu kemampuan seseorang untuk terus menerima kondisi dirinya dalam berjudi, yang sering kali menyebabkan peningkatan waktu dan frekuensi bermain. Terakhir, kecanduan ini juga dapat menimbulkan masalah hubungan interpersonal dan kesehatan, dimana pecandu judi *online* sering kali mengabaikan interaksi sosial dan kesehatannya sendiri karena fokus utamanya hanya pada judi *online*. (Lemmens et al., 2020)

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Moch Raffy Rizzaldi dan Rochman Hadi Mustofa Fenomena *judi online* yang terjadi di Desa Blagung, Kecamatan Simo, Kabupaten Boyolali, memiliki dampak negatif terhadap anak usia sekolah yang terlibat dalam aktivitas permainan judi *online* aktivitas *permainan judi online* ini mempengaruhi interaksi sosial anak usia sekolah karena kesulitan berkonsentrasi di sekolah dan penurunan dalam interaksi sosial. Terakhir, terlibat dalam *judi online* juga mengancam nilai-nilai moral dan rohani anak usia sekolah karena pengabaian terhadap integritas moral dan keagamaan. (Rizzaldi et al., 2024)

#### 2.1.5 Faktor Penyebab Perjudian

Bagi masyarakat dengan status perekonomian rendah, perjudian sering dianggap sebagai sarana untuk meningkatkan perekonomian dengan harapan mendapatkan keuntungan besar dengan modal kecil dan menjadi kaya secara instan tanpa usaha besar. Faktor situasional seperti tekanan dari teman, kelompok, atau lingkungan untuk berpartisipasi dalam perjudian dapat memicu perilaku berjudi, dimana seseorang merasa diasingkan jika tidak mengikuti apa yang diinginkan kelompoknya. Selain itu, faktor belajar memiliki efek besar terhadap perilaku berjudi, terutama dalam keinginan untuk terus berjudi. Seseorang yang awalnya hanya mencoba, namun karena penasaran dan meyakini bahwa kemenangan bisa terjadi padanya, akan terus berjudi. Faktor kemenangan juga menjadi pemicu, dimana pemain merasa sulit keluar dari permainan karena persepsi peluang menang yang tinggi. Pemain yang merasa mahir dalam satu atau lebih jenis judi cenderung menganggap bahwa kemenangan adalah hasil dari keterampilan mereka, sehingga sulit membedakan antara kemenangan berkat keterampilan dan keberuntungan

murni. Bagi mereka, kekalahan dianggap sebagai "hampir menang" sehingga terus mencari kemenangan yang diyakini pasti tercapai. (Suharya, 2019)

#### 2.1.6 Faktor-faktor Penyebab Kecanduan Judi *Online*

Kecanduan adalah kondisi psikologis dan fisik yang memaksa individu untuk terus menggunakan zat atau melibatkan diri dalam perilaku tertentu meskipun dampak negatif yang serius pada kehidupan mereka. Ini adalah fenomena yang kompleks dan melibatkan aspek-aspek psikologis, neurologis, dan sosial.

2.1.6.1 Genetik: Penelitian menunjukkan bahwa faktor genetik dapat berperan dalam meningkatkan kerentanannya seseorang terhadap kecanduan, dengan beberapa individu mungkin memiliki predisposisi biologis yang membuat mereka lebih rentan terhadap perilaku adiktif.

2.1.6.2 Lingkungan: Faktor lingkungan yang merangsang atau memberikan tekanan tertentu, seperti pengaruh sosial atau kondisi kehidupan yang tidak stabil, dapat mempengaruhi tingkat risiko seseorang untuk terjerat kecanduan, terutama apabila individu terpapar pada kebiasaan adiktif.

2.1.6.3 Psikologis: Individu yang menghadapi masalah emosional atau gangguan psikologis, seperti kecemasan atau depresi, sering kali lebih mudah terperangkap dalam kecanduan sebagai mekanisme koping untuk mengatasi stres atau ketidaknyamanan emosional yang mereka alami.

2.1.6.4 Neurologis: Perubahan yang terjadi dalam struktur otak dan sistem penghargaan dapat berkontribusi pada peningkatan dorongan kuat terhadap zat atau perilaku tertentu, memperburuk kecenderungan untuk terlibat dalam aktivitas yang menyebabkan ketergantungan.

Agnes Setyowati menjelaskan bahwa popularitas judi *online* disebabkan oleh kemudahan akses yang ditawarkan internet, sehingga penjudi dapat bermain kapan saja dan dimana saja, yang membuatnya semakin menarik. Selain itu, anonimitas yang diberikan oleh platform judi *online* memberikan kenyamanan bagi mereka yang enggan berjudi di kasino fisik. Situs judi *online* juga menawarkan berbagai permainan yang menghibur, bonus menarik, dan kemudahan transaksi, sehingga proses deposit dan penarikan dana berlangsung cepat dan efisien. Semua faktor ini membuat banyak orang tetap terlibat dalam judi *online* meskipun mereka menyadari risikonya. (Agnes Setyowati, 2024)

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rina Sari (2023), menyatakan bahwa "Kecanduan judi *online* dapat menghancurkan hubungan interpersonal dan menyebabkan dampak negatif yang luas dalam masyarakat." Hal ini sejalan dengan teori sosial yang menyatakan bahwa kecanduan dapat mengganggu interaksi sosial dan membentuk pola perilaku yang merugikan. (Sosial et al., 2025)

#### 2.1.7 Gejala Kecanduan Judi *Online*

Putri & Romli (2021) mengemukakan teori Griffiths menyatakan bahwa perilaku kecenderungan adiksi judi *online* mempunyai sifat yang bermacam macam, salah satunya adalah :

2.1.7.1 *Salience*, dimensi ini muncul ketika individu menjadikan aktivitas tertentu sebagai hal yang paling penting dalam kehidupannya. Aktivitas tersebut mendominasi pikiran, perasaan (merasa sangat membutuhkan), dan perilaku (merasa terpaksa untuk melakukannya). Pengguna akan terus-menerus memikirkan aktivitas tersebut, meskipun sedang tidak terlibat langsung, seperti dalam hal permainan judi *online*, meskipun mereka tidak sedang mengakses akun permainan judi *online* tersebut.

2.1.7.2 *Mood Modification*, dimensi ini merujuk pada pengalaman subjektif yang dialami oleh individu, dimana perubahan suasana hati yang dihasilkan dari aktivitas

tertentu, seperti berjudi, berfungsi sebagai salah satu mekanisme koping untuk mengatasi tekanan atau ketidaknyamanan emosional.

2.1.7.3 *Tolerance*, Proses ini terjadi ketika individu membutuhkan peningkatan intensitas atau frekuensi keterlibatan dalam aktivitas tertentu untuk memperoleh perubahan suasana hati yang serupa dengan yang diperoleh sebelumnya, yang menunjukkan perkembangan toleransi terhadap efek yang ditimbulkan.

2.1.7.4 *Withdrawal Symptoms* dimensi ini menggambarkan perasaan tidak nyaman atau gejala fisik dan emosional yang muncul ketika individu mengurangi atau menghentikan aktivitas adiktif, yang menandakan ketergantungan terhadap perilaku tersebut.

2.1.7.5 Konflik, dalam konteks kecanduan merujuk pada ketegangan yang muncul, baik antara individu dengan lingkungan sosialnya maupun dalam diri individu itu sendiri, yang sering kali berupa pertentangan antara keinginan untuk berhenti dengan dorongan untuk melanjutkan perilaku adiktif.

2.1.7.6 *Relapse*, atau kekambuhan, mengacu pada kembalinya individu pada perilaku adiktif setelah periode pemulihan, sering kali disebabkan oleh tekanan internal atau eksternal yang mengganggu proses perubahan perilaku yang sudah dicapai. (Aprilia et al., 2023)

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kurniawan (2024), menyatakan bahwa permainan judi *online* yang dilakukan oleh kalangan masyarakat merupakan hasil dari sebuah interaksi yang terjadi diantara mereka yang semakin diperkuat dengan adanya sugesti yang kemudian memunculkan identifikasi dan imitasi. (Wahkidi et al., 2022)

### 2.1.8 Akibat Permainan Judi *Online*

Individu yang terjebak dalam perjudian sering kali dilanda dorongan nafsu yang tak terkendali, yang menguras energi fisik dan menghambat kemampuan berpikir jernih, sehingga mengakibatkan penurunan fokus dan produktivitas. Harapan-harapan tidak realistis dan tidak menentu menyebabkan kegelisahan dan ketidakstabilan emosional, memperburuk kondisi mental individu. Akibat ketergantungan pada perjudian, tanggung jawab dan pekerjaan yang seharusnya mendapatkan perhatian utama menjadi terabaikan, sehingga kewajiban sehari-hari terlupakan. Keimanan individu semakin terkikis karena terperangkap dalam lingkaran nafsu perjudian, menjauhkan diri dari nilai-nilai moral yang mendasari kehidupan. Kondisi mental yang terganggu berakibat pada gangguan emosional signifikan, dengan kepribadian yang menjadi sangat labil, mudah dipengaruhi, dan rentan terhadap perubahan drastis dalam pola pikir serta tindakan. Keinginan untuk melakukan tindakan kriminal atau perilaku menyimpang mulai muncul sebagai akibat dari ketergantungan terhadap perjudian. Perasaan cemas dan dorongan untuk memperoleh uang secara cepat mendorong individu untuk berani melakukan tindakan kriminal seperti mencuri, berbohong, menipu, bahkan mencopet demi memenuhi kebutuhan untuk berjudi. (Arnit Kurnia Sari et al., 2024)

Berdasarkan penelitian sebelumnya, individu yang terjebak dalam perjudian sering kali mengalami penurunan fokus dan produktivitas akibat dorongan nafsu yang tidak terkendali. Harapan yang tidak realistis menciptakan kegelisahan dan ketidakstabilan emosional, memperburuk kondisi mental mereka. Ketergantungan pada perjudian menyebabkan tanggung jawab dan pekerjaan terabaikan, dan keimanan mereka semakin terkikis, menjauhkan mereka dari nilai-nilai moral. Gangguan emosional yang signifikan mengakibatkan kepribadian yang labil dan mudah dipengaruhi. Ketergantungan ini juga mendorong keinginan untuk melakukan tindakan kriminal seperti mencuri, menipu, dan mencopet demi memenuhi kebutuhan berjudi. (Putri, 2023)

### 2.1.9 Alat Ukur Kecanduan Bermain Judi *Online*

Skala kecanduan judi *online* menggunakan skala *Online Gambling Symptom Assessment Scale* (OGSAS) yang digunakan oleh Kalkan & Griffiths (2021), skala ini diadaptasi dari skala *The Gambling Symptom Assessment Scale* (G-SAS) yang dikembangkan oleh Kim et al. (2009) yang sebelumnya dilakukan pada subjek dengan gangguan perjudian patologis berdasarkan diagnosis DSM IV. Aspek yang digunakan pada indikasi kecanduan judi *online* dengan skala OGSAS berdasarkan Kalkan & Griffiths (2021) yaitu Penggunaan, frekuensi, durasi, kegembiraan saat bermain, kegembiraan saat menang, tekanan emosional, dan kesulitan setelah bermain judi *online*. Skala kecanduan judi *online* berjumlah 12 item. Diperoleh *cronbach's alpha reliability coefficient* OGSAS sebesar 0,830 (Kalkan & Griffiths, 2021) Pengukuran dilakukan dengan menggunakan skala Likert, setiap 12 item skala memiliki skor 0, 1, 2, 3 dan 4 (Pilihan jawaban untuk skor 0 sampai dengan 4 bervariasi pada setiap item), semua item menanyakan rata-rata gejala berdasarkan 7 hari terakhir penggunaan judi *online* pada individu (Kalkan & Griffiths, 2021)

## 2.2 Stres Pelaku Judi *Online*

### 2.2.1 Definisi Stres Pelaku Judi *Online*

Stres merupakan respons individu terhadap perubahan dalam situasi atau situasi yang mengancam. Ini dapat dilihat sebagai reaksi pribadi terhadap peristiwa atau permintaan eksternal seperti menulis ujian atau kondisi pikiran internal seperti mengkhawatirkan ujian. Fakta yang menarik adalah bahwa stres cenderung meningkat dengan saat tidak mampu mengatasi situasi yang tidak menyenangkan yang dihadapi oleh seseorang. Bagi kebanyakan orang, stres dipandang sebagai konsep negatif. Namun, stres dapat memacu kita untuk mencapai yang terbaik. Menurut *Conservation of Resources* (COR) Hobfoll (1989) Stres adalah alasan yang menyebabkan ketegangan dan merupakan akibat dari kesenjangan antara apa yang diharapkan dan apa yang dilakukan. (Nur & Mugi, 2021)

Stres merupakan respon individu, baik dalam bentuk reaksi fisik maupun emosional (psikis), yang timbul sebagai akibat dari perubahan atau tekanan lingkungan yang

mengharuskan individu tersebut untuk melakukan penyesuaian diri guna mempertahankan keseimbangan atau adaptasi terhadap situasi baru (Kemenkes, 2024)

### 2.2.2 Sumber Stres Pelaku Judi *Online*

Sumber stres dapat berubah seiring dengan perkembangan individu, namun kondisi stres bisa muncul kapan saja dalam kehidupan seseorang (Sarafino, 2018). Berikut adalah beberapa sumber stres yang dapat memengaruhi individu:

2.2.2.1 Sumber Stres pada pelaku judi *online* sering kali berasal dari dalam diri mereka, dipicu oleh faktor-faktor pribadi. Misalnya, perasaan stres dapat muncul akibat ketidakpuasan terhadap kondisi keuangan yang memburuk atau rasa malu karena kehilangan uang dalam perjudian.

2.2.2.2 Stres yang dialami oleh pelaku judi *online* sering kali disebabkan oleh interaksi dengan lingkungan keluarga. Perilaku, kebutuhan, dan karakteristik setiap anggota keluarga dapat memengaruhi dinamika hubungan, menciptakan ketegangan yang berpotensi menjadi sumber stres bagi individu tersebut.

2.2.2.3 Dampak stres yang dialami oleh pelaku judi *online* dapat memiliki efek jangka panjang, sering kali menjadi pemicu stres bagi anggota keluarga lainnya. Contohnya termasuk kehadiran anggota keluarga baru, seperti kakak ipar serta adanya anggota keluarga yang mengalami masalah keuangan akibat perjudian, perceraian, atau kehilangan. Ketika pelaku judi *online* kesulitan mengatasi sumber stres ini, hal tersebut dapat menyebabkan stres yang berkepanjangan, yang pada gilirannya merusak hubungan di antara anggota keluarga.

2.2.2.4 Sumber dari Komunitas Sosial, Sumber stres ini muncul dari interaksi individu dengan lingkungan sosial tempat ia berhubungan, seperti di komunitas perjudian *online*. Contoh yang sering ditemui adalah stres yang dialami oleh pemain

judi *online* akibat tekanan untuk terus menang, kehilangan dana, atau dinamika sosial dalam komunitas judi tersebut.

Hasil penelitian sebelumnya oleh Dara Khoerunisa (2024) menunjukkan bahwa bermain judi *online* tidak hanya merugikan secara finansial tetapi juga menyebabkan masalah psikologis bagi keluarga. Dengan memahami efek ini, diharapkan adanya tindakan pencegahan dan pengobatan yang lebih baik untuk mengurangi perceraian akibat permainan judi *online*. Untuk meningkatkan keberlanjutan hubungan suami-istri di Kabupaten Bekasi, khususnya di Kecamatan Cikarang Utara, penelitian ini menjadi panggilan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, menyediakan bantuan psikologis, dan membuat kebijakan yang berfokus pada penanggulangan masalah stres yang disebabkan oleh judi *online*. (Khoerunisa et al., 2024)

### 2.2.3 Jenis Stres Pelaku Judi *Online*

Stres negatif atau distres dapat dibagi menjadi dua jenis berdasarkan durasi waktu terjadinya, yaitu stres akut dan stres kronis.

2.2.3.1 Stres Akut Stres, akut terjadi ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang mendesak atau mengancam, seperti terjebak dalam kemacetan parah yang berpotensi membuat terlambat, atau tiba-tiba harus menginjak rem dengan cepat saat melihat orang menyeberang jalan. Stres jenis ini biasanya bersifat sementara, mudah dikelola, dan akan mereda dengan sendirinya begitu pemicu stres tersebut hilang.

2.2.3.2 Stres Kronis, Stres kronis berlangsung dalam jangka waktu yang lebih panjang, bahkan bisa bertahan berminggu-minggu atau berbulan-bulan. Contoh dari stres kronis termasuk menghadapi masalah keuangan yang berkepanjangan, konflik dalam rumah tangga, atau ketegangan di tempat kerja. Banyak orang cenderung mengabaikan jenis stres ini, bahkan terbiasa dengan kondisi tersebut. Namun, jika tidak segera ditangani, stres kronis dapat memicu berbagai gangguan

kesehatan, baik fisik maupun emosional, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan (Kemenkes, 2024)

#### 2.2.4 Gejala-Gejala Stres Pemain Judi *Online*

Penyebab stres dapat berasal dari faktor internal diri sendiri maupun faktor eksternal dari lingkungan sekitar. Ketika seseorang mengalami stres, tubuh akan melepaskan hormon kortisol dan adrenalin, yang kemudian memicu sejumlah reaksi fisik, seperti peningkatan detak jantung, ketegangan otot, pernapasan yang lebih cepat, serta peningkatan tekanan darah dan kewaspadaan. Berikut adalah gejala-gejala yang dapat dialami oleh seseorang yang sedang mengalami stres, yang dibagi berdasarkan kategorinya (Kemenkes, 2024)

2.2.4.1 Gejala Psikis, Stres akibat kecanduan judi *online* dapat ditandai oleh berbagai indikator yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Orang yang terjebak dalam judi *online* sering kali mudah merasa frustrasi dan marah, dimana sedikit masalah saja bisa memicu kemarahan yang berlebihan. Suasana hati mereka cenderung berubah-ubah, dari senang ketika menang hingga kecewa dan marah saat kalah, menciptakan ketidakstabilan emosional. Perasaan bingung dan tidak berharga sering menghantui mereka, terutama saat menyadari kerugian yang telah diderita akibat kebiasaan berjudi. Pikiran dan perasaan gelisah menjadi teman sehari-hari, membuat sulit berkonsentrasi pada hal-hal lain. Selain itu, pecandu judi *online* cenderung menghindari interaksi sosial dengan orang lain, merasa malu atau tidak ingin membicarakan masalah mereka. Depresi pun bisa menjadi akibat yang lebih parah, dimana mereka merasa putus asa dan kehilangan minat pada aktivitas yang sebelumnya dinikmati. Semua indikator ini menunjukkan betapa seriusnya dampak stres yang diakibatkan oleh kecanduan judi *online* terhadap individu.

2.2.4.2 Gejala Fisik, Stres akibat kecanduan judi *online* dapat ditandai oleh berbagai indikator yang mempengaruhi kesehatan fisik individu. Orang yang terjebak dalam judi *online* sering kali mengalami pusing dan mual, serta rasa lemas dan kelelahan yang terus-menerus. Masalah pencernaan seperti diare atau sembelit sering terjadi,

disertai gangguan tidur atau insomnia yang membuat tubuh tidak mendapatkan istirahat yang cukup. Selain itu, masalah pencernaan lainnya, seperti gastritis, penyakit usus besar, dan GERD, juga dapat muncul sebagai dampak dari stres. Kecanduan judi *online* juga dapat menyebabkan obesitas dan penyakit kardiovaskular, serta perubahan berat badan yang signifikan. Berkeringat berlebihan dan penurunan gairah serta kemampuan seksual menjadi indikasi lainnya. Individu yang mengalami stres akibat judi *online* juga bisa mengalami mulut kering dan kesulitan menelan, telinga berdenging, tubuh gemetar, dan jantung berdebar-debar. Semua indikator ini menunjukkan betapa seriusnya dampak stres yang diakibatkan oleh kecanduan judi *online* terhadap kesehatan fisik individu.

2.2.4.3 Gejala Kognitif, Stres akibat kecanduan judi *online* juga dapat mempengaruhi kemampuan kognitif individu. Orang yang terjebak dalam judi *online* sering kali mengalami kesulitan untuk fokus atau berkonsentrasi, yang berdampak pada produktivitas mereka. Mereka juga cenderung mudah lupa, sehingga sulit untuk mengingat informasi penting. Sikap pesimis dan berpikiran negatif menjadi lebih dominan, membuat mereka merasa kurang optimis tentang masa depan. Kesulitan dalam pengambilan keputusan juga sering terjadi, karena stres dan kecanduan mengganggu kemampuan mereka untuk menilai situasi dan membuat pilihan yang tepat. Semua indikator ini menunjukkan betapa seriusnya dampak stres yang diakibatkan oleh kecanduan judi *online* terhadap kemampuan kognitif individu.

2.2.4.4 Gejala Perilaku, Stres akibat kecanduan judi *online* juga dapat terlihat dari perubahan perilaku individu. Mereka cenderung menghindar dari tanggung jawab, baik itu dalam pekerjaan, keluarga, maupun dalam aspek kehidupan lainnya. Kecemasan dan kegugupan yang berlebihan menjadi ciri khas yang sering muncul, dimana individu merasa tertekan dan gelisah sepanjang waktu. Selain itu, kecanduan merokok atau konsumsi alkohol dapat meningkat sebagai cara untuk mengatasi stres yang dirasakan, meskipun pada akhirnya hanya memperburuk

kondisi mereka. Semua indikator ini menunjukkan betapa seriusnya dampak stres yang diakibatkan oleh kecanduan judi *online* terhadap perilaku individu.

Kesimpulan dari penjelasan diatas adalah bahwa stres dapat memberikan dampak signifikan pada individu yang mengalaminya. Dampak tersebut mencakup perubahan biologis, perubahan dalam cara individu menilai situasi yang dihadapi (kognitif), serta perubahan pada emosi dan perilaku dalam berinteraksi dengan orang lain.

Hasil Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Terdapat enam dampak bermain judi *online*. Pertama, dampak terhadap kesehatan mental, yaitu kebiasaan judi. Kedua, memperburuk kondisi finansial keluarga, judi membuat subjek menghabiskan banyak uang dalam waktu singkat. Ketiga, ketika uang habis subjek akan meminjam uang kepada siapapun sehingga mengakibatkan subjek terlilit hutang, untuk membayar hutang serta bermain judi *online* kembali, dapat memicu subjek melakukan tindakan kriminal. Keempat, merusak hubungan dengan orang terdekat seperti keluarga, teman dan pasangan, hal ini karena subjek terus-menerus menghabiskan waktu dan uangnya untuk berjudi serta mengabaikan hubungan sosial. Kelima, kecanduan berjudi. Kecanduan membuat subjek memunculkan perubahan perilaku. Keenam, menjadi gerbang masuknya miras karena ketika berjudi, berkumpul dan bertaruh rasanya kurang tanpa minuman beralkohol (Widhiatanti & Tobing, 2024)

#### 2.2.5 Karakteristik Stres Pelaku Judi *Online*

Stres adalah respon fisiologis dan psikologis yang muncul sebagai reaksi terhadap tekanan atau tantangan yang dihadapi individu dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum, stres dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tuntutan pekerjaan, masalah hubungan, atau situasi kehidupan yang sulit. Gejala stres ini dapat bervariasi, mulai dari gejala fisik seperti sakit kepala, gangguan tidur, dan kelelahan, hingga gejala emosional seperti kecemasan, depresi, dan perubahan suasana hati. Menurut *American Psychological Association* (APA), stres dapat

mempengaruhi kesehatan mental dan fisik seseorang, dan jika tidak dikelola dengan baik, dapat berkontribusi pada berbagai masalah kesehatan jangka panjang. (Lacey & Street, 2023)

Di sisi lain, stres yang dialami oleh pemain judi *online* memiliki karakteristik yang lebih spesifik dan sering kali lebih intens. Judi *online*, yang melibatkan taruhan uang dalam permainan yang tidak pasti, menciptakan tekanan yang unik bagi para pemainnya. Salah satu karakteristik utama dari stres ini adalah ketidakpastian finansial yang terus-menerus. Pemain sering kali merasa terjebak dalam siklus perjudian, dimana mereka berusaha untuk mendapatkan kembali kerugian yang telah mereka alami. Hal ini dapat menyebabkan peningkatan kecemasan dan ketegangan, karena mereka merasa terpaksa untuk terus bermain meskipun menyadari risiko yang ada. (Anisa, 2024)

Stres yang dialami oleh pemain judi *online* juga sering kali disertai dengan perasaan kehilangan kontrol. Banyak pemain merasa bahwa mereka tidak dapat menghentikan kebiasaan berjudi mereka, meskipun mereka menyadari dampak negatif yang ditimbulkan, baik secara finansial maupun emosional. Menurut penelitian yang dilakukan oleh *National Council on Problem Gambling*, sekitar 1-2% dari populasi dewasa di Amerika Serikat mengalami masalah perjudian yang serius, dan banyak dari mereka melaporkan tingkat stres yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak terlibat dalam perjudian. (van der Maas et al., 2024)

Dampak sosial dari stres ini juga sangat signifikan. Pemain judi *online* sering kali mengalami isolasi sosial, dimana mereka menghindari interaksi dengan teman dan keluarga karena rasa malu atau stigma yang terkait dengan kebiasaan berjudi mereka. Konflik dalam hubungan interpersonal juga dapat meningkat, terutama jika pasangan atau anggota keluarga merasa tertekan oleh masalah keuangan yang disebabkan oleh perjudian. Hal ini dapat menciptakan lingkaran setan, dimana stres yang dihasilkan dari masalah sosial dan finansial justru mendorong individu untuk

berjudi lebih banyak sebagai cara untuk mengatasi tekanan tersebut. (Al Goni et al., 2024)

Dalam konteks penanganan, stres yang dialami oleh pemain judi *online* memerlukan pendekatan yang lebih terfokus dan spesifik. Sementara teknik manajemen stres umum, seperti meditasi atau olahraga, dapat membantu, banyak pemain judi *online* mungkin memerlukan intervensi yang lebih mendalam, seperti terapi perilaku kognitif (CBT) atau program rehabilitasi untuk kecanduan. Terapi ini bertujuan untuk membantu individu memahami pola pikir dan perilaku mereka yang berkontribusi pada kecanduan judi, serta mengembangkan strategi coping yang lebih sehat. CBT adalah singkatan dari *Cognitive Behavioral Therapy*, yang dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai Terapi Perilaku Kognitif. CBT adalah bentuk terapi psikologis yang berfokus pada hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku. Terapi ini bertujuan untuk membantu individu mengenali dan mengubah pola pikir negatif atau tidak realistis yang dapat mempengaruhi emosi dan perilaku mereka. (Wirareja & Sa'adah, 2024)

#### 2.2.6 Alat Ukur Tingkat Stres

Menurut Notoatmojo (2010) alat ukur stres merupakan hasil penilaian terhadap berat ringannya stres yang dialami oleh seseorang yang biasanya berupa kuesioner dengan menggunakan sistem skoring yang akan diisi oleh responden dalam suatu penelitian. Ada beberapa jenis kuesioner yang sering dipakai untuk mengetahui tingkat stres terutama pemain Juid *Online* :

##### 2.2.6.1 Kessler Psychological Distress Scale

Alat ukur pada stres yang terdiri dari 10 pertanyaan atau bisa lebih yang diajukan kepada responden dengan skor 1 untuk jawaban dimana responden tidak pernah mengalami stres, 2 untuk jawaban jarang mengalami stres, 3 untuk jawaban kadang – kadang mengalami stres. 4 untuk jawaban sering mengalami stres. Dan 5 untuk jawaban selalu mengalami stres dalam waktu 30 hari terakhir. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala ordinal. Menurut Carolin (2010) tingkat stres

dikategorikan sebagai berikut :

Tingkat stres ditentukan berdasarkan skor yang diperoleh responden. Skor kurang dari 20 menunjukkan bahwa responden tidak mengalami stres, skor 20–24 menunjukkan stres ringan, skor 24–29 menunjukkan stres sedang, dan skor lebih dari 30 menunjukkan stres berat.

#### 2.2.6.2 *Perceived Stres Scale*

Self report questionnaire yang terdiri dari pertanyaan yang dapat mengevaluasi tingkat stres selama beberapa bulan terakhir dalam kehidupan subyek penelitian. Skor PSS diperoleh dengan reversing responses (sebagai contoh, 0 = 4, 1 = 3, 2 = 2, 3 = 1, 4 = 0). Soal dalam *perceived stres scale* ini akan menanyakan tentang perasaan dan pikiran responden dalam beberapa bulan terakhir. Anda akan diminta untuk mengindikasikan seberapa sering perasaan atau pikiran dengan membulatkan jawaban atas pertanyaan yang ada, kemudian menjumlahkan skor dari masing – masing jawaban (Dawson et al., 2014)

Penilaian tingkat stres dilakukan dengan memberikan skor berdasarkan frekuensi kejadian yang dialami responden. Skor 0 diberikan apabila responden tidak pernah mengalami kondisi tersebut, skor 1 jika hampir tidak pernah atau jarang, skor 2 jika kadang-kadang, skor 3 jika cukup sering, dan skor 4 jika sangat sering atau selalu mengalami kondisi tersebut. Seluruh skor yang diperoleh kemudian diakumulasikan untuk menentukan tingkat stres. Hasil akumulasi skor tersebut dikategorikan menjadi tiga tingkatan, yaitu stres ringan dengan total skor 1–14, stres sedang dengan total skor 15–26, dan stres berat dengan total skor lebih dari 26.

#### 2.2.6.3 *Hassles Assesment Scale for Student in College (HAAS/col)*

Alat ukur stres yang terdiri dari 54 pertanyaan yang merupakan suatu skala yang terdiri dari kejadian umum yang tidak menyenangkan bagi para mahasiswa. Setiap kejadian tersebut diukur berdasarkan frekuensi terjadinya dalam satu bulan, dalam bentuk skala sebagai berikut (Silalahi, 2009) :

Penilaian dilakukan dengan memberikan skor berdasarkan frekuensi kejadian yang dialami responden. Skor 0 diberikan apabila responden tidak pernah mengalami kondisi tersebut, skor 1 jika sangat jarang, skor 2 jika mengalami beberapa kali, skor 3 jika sering, skor 4 jika sangat sering, dan skor 5 jika hampir setiap saat mengalami kondisi tersebut. Semua penilaian diakumulasikan, kemudian disesuaikan dengan tingkatan stres skor kurang dari 75 menunjukkan seseorang mengalami stres ringan, skor 75 – 135 menunjukkan seseorang mengalami stres ringan, skor lebih dari 135 menunjukkan seseorang mengalami stres berat (Silalahi, 2009).

#### 2.2.6.4 *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)*

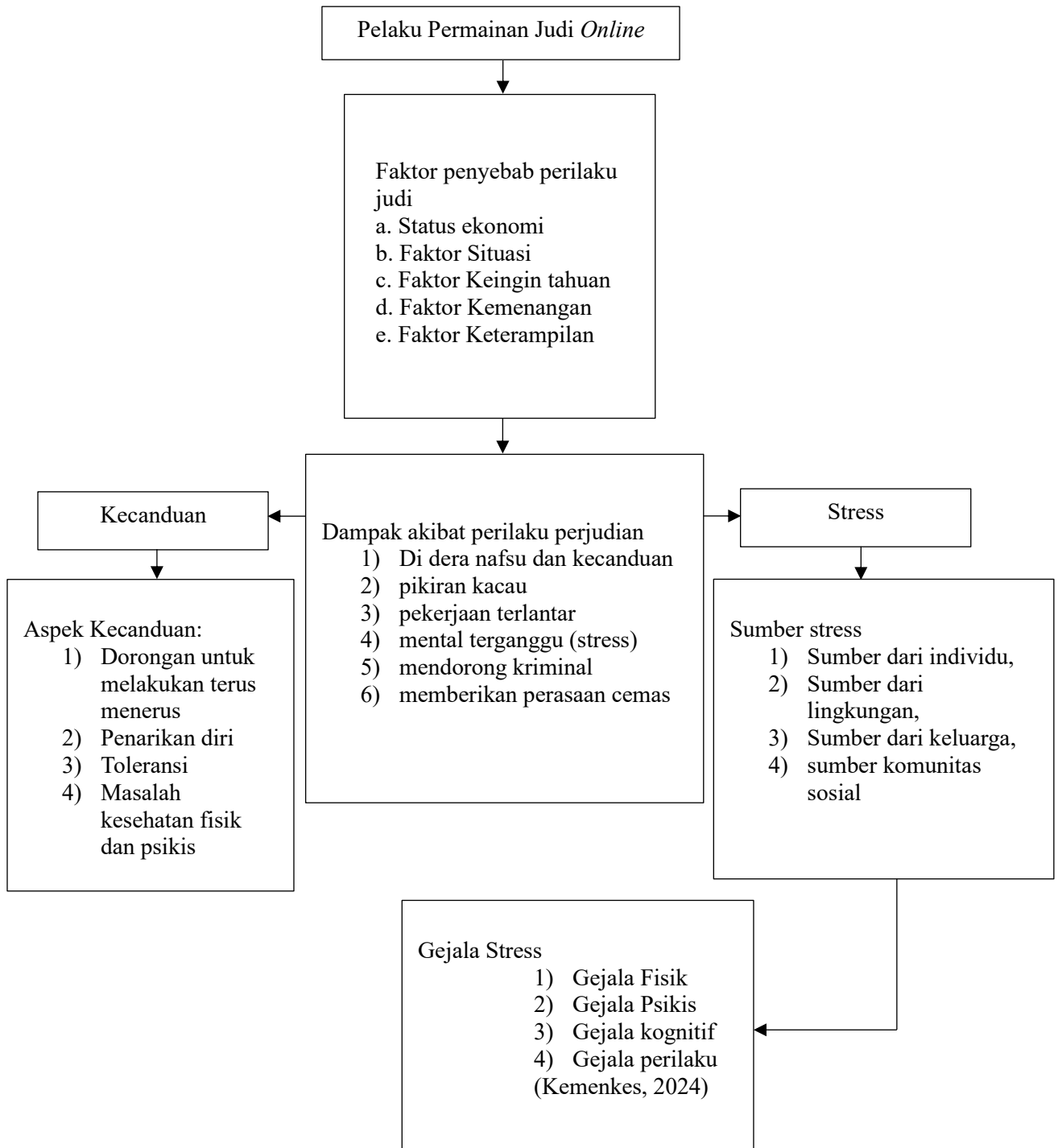
*Zung Self-Rating Anxiety Scale* adalah penilaian kecemasan yang dirancang oleh William WK Zung, dikembangkan berdasarkan gejala kecemasan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-II)*. *Zung Self-Rating Anxiety Scale* memiliki 20 pertanyaan yang terdiri dari 15 pertanyaan *Unfavourable* dan 5 pertanyaan *Favourable*. Setiap pertanyaan *favourable* dan *unfavourable* memiliki penilaian atau penskoran yang berbeda, penilaiannya sebagai berikut. Tingkat kecemasan dikategorikan berdasarkan skor yang diperoleh responden. Skor 20–44 menunjukkan kondisi normal atau tidak cemas, skor 45–59 menunjukkan kecemasan ringan, skor 60–74 menunjukkan kecemasan sedang, dan skor 75–80 menunjukkan kecemasan berat.

#### 2.2.7 Korelasi Tingkat kecanduan Terhadap Tingkat Stres Pelaku Judi *Online*

Kecanduan judi *online* dapat menyebabkan berbagai masalah yang kompleks, baik secara finansial, sosial, maupun psikologis. Pelaku judi yang sudah terjebak dalam kecanduan sering kali menghadapi tekanan besar akibat kerugian finansial yang mereka alami, termasuk rasa takut tidak mampu melunasi hutang atau kehilangan sumber penghidupan. Selain itu, stigma sosial terhadap perjudian dapat memunculkan rasa malu, isolasi, dan keterasingan, yang memperburuk kondisi mental mereka. Tidak hanya itu, dorongan terus-menerus untuk berjudi menciptakan tekanan emosional yang *intens*, terutama saat harapan menang taruhan

berujung pada kekecewaan. Ketidakmampuan mengendalikan dorongan untuk berjudi juga meningkatkan beban psikologis, sehingga menciptakan lingkaran stres yang sulit diputus. Kombinasi tekanan finansial, kelelahan emosional, dan beban sosial membuat pelaku judi *online* rentan terhadap kondisi stres yang berkepanjangan. (Tasya Jadidah et al., 2023)

### 2.3 Kerangka Teori

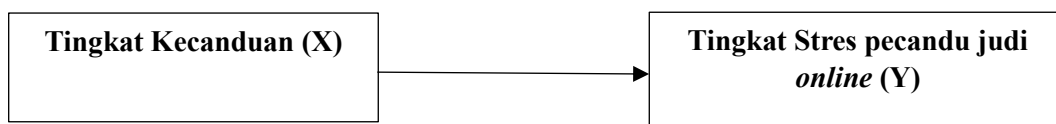


**Gambar 2.1** Kerangka Teori

**Sumber:** Kemenkes, (2024), Sarafino, (2020), Nur & Mugi, (2021), Widhianti & Tobing, (2024), Al Goni et al., (2024), Wirareja & Sa'adah, (2024), Tasya Jadidah et al., (2023)

## 2.4 Kerangka Konsep

Menurut Notoatmodjo (2012), kerangka konsep adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain, dari masalah yang ingin diteliti:



**Gambar 2.2** Kerangka Konsep

X: Variabel bebas

Y: Variabel terikat

Gambar 2.1 kerangka konsep hubungan tingkat kecanduan dengan tingkat stres pelaku judi *online* di desa Tembokluwung.

## 2.5 Hipotesis

Hipotesis penelitian pada dasarnya dapat dipahami sebagai sebuah dugaan atau jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang telah dirumuskan dalam perencanaan penelitian. Sebagai suatu proposisi yang masih memerlukan pengujian lebih lanjut, hipotesis berfungsi sebagai prediksi yang didasarkan pada kerangka teori yang relevan atau dalam bentuk pertanyaan yang membutuhkan verifikasi empiris (Sugiono, 2016). Dalam konteks penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah

Ho: Tidak ada hubungan tingkat kecanduan dengan tingkat stres pelaku judi *online* di desa Tembokluwung.

Ha: Ada hubungan tingkat kecanduan dengan tingkat stres pelaku judi *online* di desa Tembokluwung.