

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Fenomena judi *online* saat ini berkembang pesat seiring dengan kemajuan teknologi digital yang memudahkan akses ke berbagai *platform* perjudian. Tidak seperti judi konvensional yang terbatas pada tempat dan waktu tertentu, judi *online* dapat diakses kapan saja dan di mana saja hanya melalui perangkat gawai yang terhubung dengan internet. Hal ini menjadikan judi *online* sebagai salah satu bentuk kejahatan siber (*cyber crime*) yang paling masif dan sulit dikendalikan. Kemudahan akses inilah yang mendorong peningkatan signifikan dalam jumlah pengguna serta nilai transaksinya. Judi *online* tidak lagi menjadi aktivitas yang terbatas di tempat fisik tertentu, melainkan dapat diakses dengan mudah kapan saja dan di mana saja termasuk di lingkungan kerja. Salah satu kelompok yang terdampak signifikan oleh maraknya judi *online* adalah para pekerja.

Menurut Ritonga dan Firdaus (2007), pengertian tenaga kerja adalah penduduk dalam usia kerja yang siap melakukan pekerjaan antara lain mereka yang sudah bekerja, mereka yang sedang mencari pekerjaan, mereka yang bersekolah, dan mereka yang mengurus rumah tangga. Menurut Ritonga dan Firdaus (2007), angkatan kerja adalah setiap orang yang memiliki pekerjaan baik yang benar-benar sedang bekerja ataupun yang sedang berhenti bekerja sementara dikarenakan berbagai alasan (seperti petani yang tidak bekerja karena hujan, pegawai yang sedang cuti, dll). Selain itu angkatan kerja juga mencakup setiap orang yang memiliki kemampuan dan kemauan untuk bekerja yang sedang berusaha untuk mendapatkan lapangan pekerjaan. Kelompok ini memiliki karakteristik khusus yang membuat mereka rentan seperti tekanan pekerjaan, tuntutan finansial, dan eksposur tinggi terhadap perangkat digital di lingkungan kerja. Judi *online* yang awalnya hanya dicoba sebagai hiburan atau ikut-ikutan, perlahan berkembang menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan, terutama karena adanya dorongan kompulsif untuk terus berjudi guna mengejar kemenangan atau menutupi kekalahan (*chasing losses*).

Berdasarkan laporan dari Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan (PPATK) tahun 2023, nilai transaksi judi *online* di Indonesia mencapai Rp 517 triliun,

melibatkan jutaan pengguna aktif dari berbagai kalangan. PPATK juga melaporkan adanya pertumbuhan signifikan transaksi judi *online* dari tahun 2022 ke 2023 sebesar 213%, dengan prediksi nilai transaksi pada tahun 2024 mencapai Rp359 triliun, meningkat sekitar 10% dari tahun 2023. Langkah penegakan hukum juga dilakukan, seperti pembekuan lebih dari 5.000 rekening terkait judi *online* dengan nilai transaksi mencapai lebih dari Rp600 miliar pada tahun 2025 sebagai bagian dari upaya memberantas praktik judi *online* dan pencucian uang. Lebih lanjut, menurut pernyataan Menkominfo (Kompas.com, 4 Oktober 2024), jumlah penduduk Indonesia yang terlibat judi saat ini mencapai 4 juta orang, yang didominasi oleh kelompok usia 30-50 tahun. Selain itu laporan dari PPATK menunjukkan bahwa transaksi judi *online* pada kuartal pertama tahun 2024 bisa mencapai Rp600 triliun.

Fakta ini menunjukkan bahwa judi *online* telah menjadi fenomena masif dan lintas kelas sosial. Dalam konteks pekerja, keterlibatan dalam judi *online* memiliki dampak yang lebih serius. Selain merugikan secara finansial, keterlibatan ini juga mengganggu stabilitas psikologis, merusak hubungan sosial, mengganggu produktivitas kerja, dan bahkan dapat memicu tindakan kriminal. Dalam laporan Gresiksatu.com (12 Januari 2024) disebutkan bahwa seorang pria bernama Muhammad Nidomuddin (27) warga Gresik, ditangkap karena mencuri motor untuk membiayai aktivitas judi *online*. Ia bahkan diketahui telah melakukan pencurian di beberapa lokasi berbeda. Perilaku kriminal yang dilakukannya bahkan hingga berulang di beberapa lokasi berbeda menunjukkan bahwa kecanduan judi *online* tidak hanya berdampak pada aspek psikologis tetapi juga dapat mendorong individu melakukan tindakan yang melanggar hukum.

Fenomena ini mengindikasikan bahwa dorongan untuk berjudi telah mengalami pergeseran dari perilaku yang semula bersifat rekreasional menjadi dorongan kompulsif yang sulit dikendalikan. Dalam konteks psikologis, hal ini dapat dijelaskan sebagai bentuk gangguan kontrol impuls, di mana individu tidak mampu menahan keinginan berjudi meskipun sadar akan konsekuensi negatif yang ditimbulkan. Ketika kebutuhan berjudi tidak lagi mampu dipenuhi secara wajar, individu berisiko menempuh cara-cara ekstrem, termasuk melakukan kejahatan seperti pencurian, untuk memperoleh uang demi berjudi. Lebih jauh, kasus ini menegaskan bahwa kecanduan judi *online* bukanlah sekadar persoalan kebiasaan buruk, melainkan masalah serius yang dapat berkontribusi terhadap

meningkatnya angka kriminalitas. Dalam perspektif sosial, kecanduan ini dapat merusak hubungan interpersonal, merugikan pihak lain, serta mengancam ketertiban dan keamanan masyarakat. Situasi ini tidak hanya terjadi secara individu, tetapi berdampak sistemik pada kehidupan rumah tangga.

Dalam laporan BeritaSatu.com (9 Mei 2024), dilaporkan bahwa ratusan istri di Kabupaten Gresik mengajukan gugatan cerai karena suaminya kecanduan judi *online*. Para istri tersebut mengaku mengalami kesulitan ekonomi karena penghasilan rumah tangga habis untuk judi. Beberapa di antaranya bahkan menjadi korban kekerasan rumah tangga akibat suami yang emosi karena kalah berjudi. Kasus-kasus ini membuktikan bahwa judi *online* tidak hanya berdampak pada kesehatan mental dan keuangan individu, tetapi juga mengancam stabilitas sosial dan ketahanan keluarga.

Sementara itu, berdasarkan laporan SuaraMalang.id (15 November 2024), Polres Gresik berhasil mengungkap sebanyak 19 kasus dalam kurun waktu hanya 18 hari, yang terdiri atas 15 kasus judi *Online*, 1 kasus judi konvensional, dan beberapa kasus kriminal lainnya. Sebanyak 22 tersangka ditangkap, dengan barang bukti yang diamankan berupa puluhan ponsel, kartu domino, dompet digital, serta uang tunai. Kasus-kasus tersebut tersebar di berbagai wilayah seperti Kebomas, Kedamean, Bungah, Duduksampeyan, dan Cerme, yang menunjukkan bahwa praktik judi *online* telah menjangkau masyarakat secara luas, termasuk di lingkungan pekerja dan komunitas lokal. Operasi yang dilakukan ini mencerminkan tingginya intensitas aktivitas perjudian digital dan keseriusan aparat dalam menanggulangnya. Namun banyaknya kasus yang terungkap juga sekaligus mencerminkan lemahnya kontrol diri individu terhadap dorongan berjudi, meskipun terdapat risiko hukum dan sosial yang jelas.

Untuk memperoleh gambaran langsung mengenai perilaku ini, dilakukan wawancara terhadap dua orang pekerja yang sedang aktif bermain judi *online* di salah satu warung kopi di Kota Gresik. Berikut adalah hasil wawancaranya:

Tabel 1.1 Hasil Wawancara JBN

Kode	Verbatim	Kesimpulan
FM	Baik Mas, sebelumnya terima kasih sudah bersedia ngobrol sama saya. Nah, saya disini mau tanya-tanya dikit nih soal pengalaman Masnya dalam bermain judi <i>online</i> . Boleh ya?	
JBN	Nggeh monggo, silakan Mbak.	Responden bersedia untuk diwawancarai.
FM	Oke pertanyaan pertama, seberapa sering Mas merasa terdorong untuk main lagi padahal sebelumnya udah niat berhenti?	
JBN	Hmm... ya hampir tiap minggu sih Mbak. Jadi walaupun aku ini udah bilang buat berhenti, ya tetep ae ada rasa pengen main lagi gitu. Apalagi kalau lagi gabut, terus ada temen cerita dia menang, ya... aku jadinya tergoda juga gitu lho	Responden bermain judi <i>Online</i> hampir setiap minggu. Responden mengaku masih sering terdorong untuk bermain judi <i>Online</i> , terutama saat merasa bosan atau mendengar cerita kemenangan dari teman.
FM	Paham paham... Terus biasanya kalau sekali main tuh Masnya bisa habisin waktu berapa lama?	
JBN	Waduh, ya lama mbak bisa sampai setengah harian. Apa kalo lagi seru terus ada temennya, malah susah berhentinya mbak.	Responden dapat menghabiskan waktu hingga setengah hari untuk bermain, terutama saat suasana mendukung atau bermain bersama teman.
FM	Emm begitu, waktu mau mulai main tuh biasanya Mas ngerasain apa? Perasaan senang atau gimana gitu?	
JBN	Jujur aja ya seneng Mbak, berharap bisa dapet Jackpot tiap kali main hahaha.	Sebelum bermain, responden merasa senang dan memiliki harapan untuk menang besar seperti mendapatkan jackpot.
FM	Hahaha iya iya. Nah pas lagi main gimana tuh perasaannya?	
JBN	Ya itu tadi mbak seneng, tapi ya ada rasa gelisahinya dikit takut kalah, apalagi kalau udah keluar duit banyak, rasanya pengen berhenti tapi pingin dilanjutin juga.	Saat bermain, responden mengalami perasaan campuran antara senang dan gelisah karena telah keluar uang banyak.

FM	Pernah nggak ngerasa puas banget gara-gara menang?	
JBN	Wah pernah mbak, seneng poll. Nah rasanya pengen main terus. Tapi ya itu kadang pas seneng malah bablas main lagi dan malah rugi juga akhirnya.	Kemenangan dalam judi <i>Online</i> memberikan rasa sangat senang dan memuaskan bagi responden. Namun kesenangan ini justru mendorongnya untuk terus bermain yang akhirnya bisa berujung pada kerugian lebih besar.
FM	Oke, terus Mas pernah coba buat berhenti nggak?	
JBN	Pernah Mbak. Aku udah sempat niat buat berhenti total soalnya dimarahin istriku juga. Tapi... pas liat temen menang banyak terus cerita-cerita, aku jadinya pengen main lagi. Kayak, "Lah, de e isok menang, mosok iyo aku gaiso?"	Responden pernah berusaha berhenti bermain, bahkan sempat dimarahi istri. Namun cerita kemenangan dari teman membuatnya tergoda untuk kembali berjudi.
FM	Oalah gitu ya Mas. Nah biasanya apa yang bikin Mas balik main lagi?	
JBN	Lingkungan sih mbak. Temen-temenku itu banyak yang main juga, sering cerita menang. Jadi kepancing. Terus kadang juga pengen balikin uang yang udah sebelumnya.	Lingkungan sosial terutama teman-teman yang juga berjudi dan sering bercerita soal kemenangan, menjadi pemicu utama bagi responden untuk kembali bermain.
FM	Kalau kalah tuh Mas ngerasa gimana?	
JBN	Duh... ya kecewa mbak, kayak nyesel gitu. Kadang malah emosi sendiri. Apalagi kalau jumlahnya gede.	Setelah mengalami kekalahan, responden merasa sangat kecewa dan menyesal. Ia juga mengaku mudah emosi dan sulit menerima kekalahan apalagi jika kerugiannya besar.
FM	Terakhir ya Mas, kebiasaan ini pernah ngaruh nggak ke keluarga atau kerjaan?	
JBN	Pernah banget Mbak. Jadi sering berantem sama istri saya perkara ini. Pernah sampai ga saling sapa.	Responden mengaku sering bertengkar dengan istri, bahkan sampai tidak saling berbicara.

Tabel 1.2 Hasil Wawancara AH

Kode	Verbatim	Kesimpulan
FM	Selamat sore Mas, terima kasih sudah bersedia meluangkan waktu untuk wawancara singkat ini. Kita mau ngobrol ngobrol soal pengalaman Mas dalam bermain judi <i>online</i> ya.	
AH	Oke Mbak siap.	Responden bersedia untuk diwawancarai.
FM	Pertama saya mau tanya, seberapa sering sih Mas merasa terdorong buat main lagi, padahal sebelumnya udah niat berhenti?	
AH	Jujur ya mbak, aku tuh sebenarnya udah ada niat kuat banget buat berhenti. Tapi gatau kenapa ada aja hambatannya. Kadang aku udah hapus aplikasinya udah janji buat ga main, tapi kalau pas ada duit atau liat ada yang share hasil menang, ya... aku balik lagi.	Responden menyatakan bahwa ia sebenarnya memiliki niat kuat untuk berhenti, bahkan sudah menghapus aplikasi judi <i>Online</i> . Namun dorongan untuk kembali muncul ketika ada uang lebih atau melihat orang lain menang.
FM	Wah gitu ya Mas. Nah kalo sekali main, Masnya bisa habisin waktu berapa lama biasanya?	
AH	Emmm... Aku sih bisa dibilang udah ketagihan ya Mbak. Sekali main bisa lama banget, pernah juga gak tidur semalaman cuma karena ngejar hasil, main terus tanpa mikir capek.	Responden mengaku dirinya sudah kecanduan. Ia bisa bermain dalam waktu yang sangat lama, bahkan sampai begadang dan tidak tidur semalaman.
FM	Wah, lama banget ya ternyata. Terus, sebelum mulai main itu, Mas ngerasain apa biasanya?	
AH	Yang paling aku rasain tuh kayak ada semangat gede buat dapetin untung Mbak. Aku mikirnya “Ini kesempatan nih buat dapet duit cepat” Apalagi kalo habis kalah, aku makin pengen balikin duit yang hilang itu. Harapan itu yang bikin aku nggak bisa diem.	Saat bermain, responden merasa senang dan puas terutama ketika menang.
FM	Oke, terus pas udah main gimana? Rasanya gimana tuh?	
AH	Seru sih Mbak, apalagi pas lagi menang. Rasanya seneng dan puas gitu. Kayak “Akhirnya dapet juga” Pernah saya sampe mentraktir temen karena saking senengnya menang. Tapi kalau kalah ya langsung jatuh mental hahaha...	Bahkan ia pernah sampai mentraktir teman karena merasa sangat beruntung. Bahkan, ia pernah sampai mentraktir teman karena

		merasa sangat beruntung. Namun saat kalah perasaan senang itu langsung berubah menjadi keterpurukan mental.
FM	Mas pernah menang besar gak sih?	
AH	Pernah mbak dulu. Aku pernah dapet 9 juta padahal modal awal cuma sejuta. Sampe ngerasa jadi orang paling jago, paling hoki.	Responden pernah mengalami kemenangan besar. Kemenangan itu membuatnya merasa sangat percaya diri dan merasa paling beruntung.
FM	Wah gede juga ya. Nah, Mas nyoba pernah berhenti nggak? Terus kenapa balik lagi?	
AH	Pernah Mbak, sering malah. Udah coba berhenti janji gak mau main lagi. Tapi setiap ada duit nganggur langsung kepikiran buat coba main lagi. Terus mikir "Ah, kali ae menang, bisa balik modal" Itu yang bikin balik lagi.	Responden beberapa kali mencoba berhenti dan berjanji pada diri sendiri untuk tidak bermain lagi. Namun setiap ada uang lebih, muncul keinginan untuk mencoba kembali.
FM	Jadi yang bikin Mas balik main lagi itu apa sih biasanya?	
AH	Lagi-lagi karena lingkungan, liat teman menang rasanya pengen juga. Terus kalah Mbak, kayak ada rasa gak terima gitu. Rasanya kayak punya utang yang harus ditebus.	Lingkungan sosial terutama teman-teman yang juga berjudi dan sering bercerita soal kemenangan, menjadi pemicu utama bagi responden untuk kembali bermain.
FM	Kalau udah kalah, Mas ngerasain apa?	
AH	Berat Mbak, stres banget. Pernah sampe gak bisa tidur, pikiran gak tenang. Karena kalah yang lumayan cukup gede duitnya.	Responden mengaku merasa sangat stres, gelisah, dan sulit tidur setelah mengalami kekalahan besar.
FM	Waduh... berat pasti merasa berat banget ya itu. Terakhir nih Mas, kebiasaan judi <i>Online</i> ini pernah ngaruh ke hubungan Mas sama orang lain nggak?	
AH	Pengaruh sekali, soalnya kebanyakan kalahnya daripada menangnya, terus kerjaanku jadi keteteran juga.	Responden pekerjaannya mengaku menjadi terganggu karena terlalu banyak waktu dan pikiran yang tersita untuk berjudi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap dua orang pekerja di Kota Gresik menunjukkan bahwa fenomena keterlibatan dalam judi *online* tidak lagi bersifat sementara atau hiburan semata, melainkan telah berkembang menjadi pola perilaku yang mencerminkan kecanduan. Hal ini tampak dari kemunculan berbagai indikator yang selaras dengan aspek-aspek kecanduan judi online sebagaimana dijelaskan oleh Kalkan dan Griffiths (2021).

Responden menyatakan bahwa mereka seringkali mengalami dorongan kuat untuk kembali bermain meskipun sebelumnya telah memiliki niat untuk berhenti. Bahkan setelah menghapus aplikasi atau membuat janji kepada diri sendiri, mereka tetap kembali berjudi ketika muncul pemicu tertentu, seperti melihat kemenangan orang lain atau memiliki uang lebih. Pola keterlibatan ini menunjukkan adanya penggunaan berulang yang sulit dihentikan serta lemahnya kontrol diri atas dorongan berjudi. Intensitas perilaku berjudi juga terlihat dari frekuensi dan durasi bermain yang tinggi. Kedua responden mengaku dapat bermain hampir setiap minggu bahkan dalam waktu yang sangat panjang, hingga mengabaikan kebutuhan dasar seperti tidur. Aktivitas berjudi bukan hanya menjadi kebiasaan, melainkan telah menyita waktu, energi, dan perhatian secara signifikan.

Sebelum memulai permainan, muncul perasaan semangat dan antusias yang besar, sering kali disertai dengan harapan menang dan memperoleh keuntungan cepat. Selama bermain, pengalaman emosional yang muncul bersifat euforik, terlebih saat mengalami kemenangan. Sensasi menyenangkan ini justru memperkuat keinginan untuk mengulangi perilaku yang sama di kemudian hari, meskipun mereka menyadari bahwa akibatnya bisa merugikan secara finansial maupun psikologis.

Namun di sisi lain, pengalaman kalah justru menimbulkan tekanan emosional yang cukup berat. Responden mengaku merasa stres, kecewa, bahkan mengalami gangguan tidur setelah kehilangan sejumlah uang. Rasa ingin “membalas kekalahan” atau mengembalikan modal yang hilang sering kali mendorong mereka untuk bermain kembali, membentuk lingkaran adiktif yang sulit diputus. Kebiasaan ini juga menimbulkan dampak negatif pada aspek sosial dan profesional. Hubungan keluarga menjadi terganggu akibat konflik dengan pasangan, dan pekerjaan pun terbengkalai karena fokus dan energi terserap pada aktivitas berjudi. Gejala-gejala tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan dalam judi *online* telah memengaruhi fungsi sosial, emosional, dan produktif secara menyeluruh.

Berdasarkan temuan lapangan dan jika dikaitkan dengan aspek-aspek yang diajukan oleh Kalkan dan Griffiths (2021), dapat disimpulkan bahwa kedua responden menunjukkan indikasi kecanduan judi *online* yang nyata. Fenomena ini mencerminkan adanya pola adiktif non-substansi yang berkembang akibat faktor internal seperti dorongan emosional dan harapan menang, serta diperkuat oleh pengaruh eksternal seperti lingkungan sosial. Hal ini mempertegas pentingnya perhatian lebih terhadap persoalan kecanduan judi *online* di kalangan pekerja, khususnya dalam konteks perkembangan teknologi digital yang memudahkan akses terhadap perjudian daring.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan judi *online* pada pekerja merupakan fenomena perilaku adiktif yang nyata dan semakin mengkhawatirkan. Kecanduan ini ditandai oleh keterlibatan berulang dalam aktivitas judi *online*, meningkatnya frekuensi dan durasi bermain, munculnya kegembiraan berlebih sebelum dan saat bermain, serta perasaan puas yang mendorong perilaku terus-menerus setelah kemenangan. Di sisi lain, tekanan emosional akibat kekalahan, seperti stres, penyesalan, dan gangguan tidur, turut memperkuat siklus kecanduan yang sulit dihentikan. Dampak dari kecanduan ini tidak hanya dirasakan secara psikologis, tetapi juga berdampak pada hubungan sosial dan kehidupan profesional para pekerja.

Fenomena ini menunjukkan bahwa kecanduan judi online bukan lagi perilaku menyimpang yang bersifat kasuistik, melainkan masalah psikologis yang memiliki pola dan struktur tertentu sebagaimana dijelaskan dalam aspek-aspek kecanduan oleh Kalkan dan Griffiths (2021). Maka dari itu, diperlukan kajian ilmiah yang mendalam untuk memahami karakteristik dan dinamika kecanduan judi online pada pekerja. Penelitian ini penting dilakukan guna memberikan gambaran empiris tentang sejauh mana kecanduan ini berkembang dalam konteks dunia kerja, serta menjadi kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi perilaku adiktif di era digital.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Kontrol diri merupakan salah satu aspek penting dalam fungsi psikologis individu, yaitu kemampuan untuk mengatur pikiran, emosi, dan perilaku agar selaras dengan nilai, norma sosial, serta tujuan jangka panjang. Menurut Baumeister dan Heatherton (1996) dalam artikel mereka *Self-Regulation Failure: An Overview*, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengatur pikiran, emosi, dan perilaku dalam upaya mencapai

tujuan jangka panjang. Kegagalan dalam pengaturan diri ini disebut juga *self-regulation failure*, yang sering kali menyebabkan individu lebih rentan terhadap perilaku impulsif dan adiktif.

Di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital, masyarakat termasuk pekerja dihadapkan pada akses tak terbatas terhadap berbagai bentuk hiburan dan godaan daring, salah satunya judi *online*. Dalam situasi seperti ini, kontrol diri menjadi sangat krusial, karena individu dituntut untuk secara sadar mengendalikan impuls dalam situasi yang sarat godaan, seperti ajakan teman, promosi bonus dari *platform* judi, atau keinginan cepat mendapatkan uang. Rendahnya kontrol diri akan memperlemah kemampuan seseorang dalam menolak dorongan untuk berjudi, meskipun individu tersebut menyadari risiko negatif yang mungkin timbul.

Pekerja merupakan kelompok usia produktif yang memiliki tanggung jawab besar terhadap pekerjaan, keluarga, dan kehidupan sosial. Mereka seringkali dihadapkan pada tekanan pekerjaan, stres, dan kelelahan emosional yang dapat memicu munculnya kebutuhan pelarian jangka pendek, termasuk melalui perilaku berjudi. Dalam kondisi seperti ini, kemampuan kontrol diri sangat dibutuhkan agar individu tidak terjebak dalam perilaku impulsif yang merugikan. Namun ketika kontrol diri lemah, pekerja cenderung gagal menahan dorongan berjudi, terutama ketika menghadapi stres atau godaan lingkungan.

Sejumlah penelitian mendukung bahwa kecanduan judi merupakan bentuk perilaku adiktif yang berkaitan erat dengan aspek psikologis, khususnya kontrol diri. Kim et al., (2008) menemukan bahwa rendahnya kontrol impuls berkaitan dengan tingginya keterlibatan dalam perjudian bermasalah. Demikian pula, Tangney et al., (2004) menunjukkan bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi lebih mampu menghindari perilaku adiktif seperti perjudian. Brevers et al., (2012) juga mencatat bahwa penjudi patologis menunjukkan gangguan pada fungsi eksekutif, termasuk lemahnya pengendalian diri dan perencanaan.

Penelitian dalam konteks Indonesia juga mengonfirmasi temuan serupa. Nita Aprilia et al., (2023) dalam penelitiannya di Surabaya menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan kecanduan judi *online*. Hasil serupa ditemukan oleh Oki dan Rida (2023) dalam studi pada mahasiswa di Bukittinggi yang menyatakan bahwa semakin rendah kontrol diri, semakin tinggi kecenderungan melakukan

perjudian berbasis internet. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa kecanduan judi *online* merupakan bentuk gangguan perilaku adiktif yang kompleks dan dipengaruhi oleh dinamika psikologis internal, terutama kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan-dorongan impulsif.

Meskipun sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa kontrol diri berkaitan dengan berbagai perilaku adiktif, sebagian besar studi masih berfokus pada remaja dan mahasiswa. Kajian mendalam mengenai bagaimana kontrol diri bekerja dalam konteks pekerja, khususnya yang memiliki akses tinggi terhadap teknologi dan menghadapi tekanan kerja yang kompleks, masih terbatas. Pemahaman tentang peran kontrol diri dalam kelompok ini penting untuk menjelaskan mengapa sebagian pekerja mampu menahan diri dari perjudian *online*.

Penekanan utama diberikan pada variabel kontrol diri sebagai prediktor utama yang dapat menjelaskan perbedaan individu dalam menghadapi dorongan berjudi di era digital saat ini. Dengan demikian, fokus utama penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara kontrol diri terhadap kecanduan judi *online* pada pekerja, guna memberikan pemahaman ilmiah mengenai peran kontrol diri dalam mencegah keterlibatan dalam perilaku adiktif di lingkungan kerja.

### **1.3. Batasan Masalah**

Untuk menjaga kelancaran penelitian ini agar tetap fokus pada tujuan awal penelitian. Maka penulis memiliki batasan-batasan dalam penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya berfokus pada pekerja yang terlibat dalam kecanduan judi *online*. Pekerja yang dimaksud adalah individu yang bekerja di berbagai sektor industri dan memiliki akses ke judi *online* melalui perangkat digital.
2. Penelitian ini hanya akan membahas pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan judi *online*, tanpa membahas faktor lain yang berpotensi mempengaruhi kecanduan seperti dukungan sosial, kondisi sosial-ekonomi, atau faktor biologis.
3. Penelitian ini akan dilaksanakan dalam rentang waktu yang terbatas dan hanya akan berfokus pada pekerja yang terlibat dalam judi *online* di wilayah Gresik sebagai lokasi penelitian.

Fokus penelitian ini hanya pada judi *online*, terutama yang melibatkan platform digital dan tidak mencakup judi tradisional yang dilakukan di tempat fisik.

#### **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan judi *online* pada pekerja di kota X?”

#### **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan judi *online* pada pekerja di kota X.

#### **1.6. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis dan psikologi kerja, dengan memperkaya pemahaman mengenai pengaruh antara kontrol diri dan kecanduan judi *online* pada pekerja. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perilaku adiktif di kalangan pekerja.

##### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis berupa peningkatan kesadaran bagi para pekerja tentang pentingnya kontrol diri dalam mencegah kecanduan judi *online*, serta menjadi bahan pertimbangan bagi perusahaan untuk mengembangkan program intervensi atau pelatihan yang bertujuan memperkuat kemampuan pengendalian diri karyawan. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi pihak pembuat kebijakan dalam merancang strategi atau regulasi untuk mengurangi dampak negatif judi *online* di lingkungan kerja.