

Anti Judi Online: Pendekatan Komprehensif





Anti Judi Online: Pendekatan Komprehensif



Kata Pengantar

Hokky Situngkir

(Direktur Jenderal Aplikasi Informatika, Kominfo)

Slamet Santoso

(Direktur Pemberdayaan Informatika, Kominfo)

Editor

Dea Savira Rahmawati

Penulis dan Kontributor

Reny Yuliati (Dosen Universitas Indonesia)

Rangga Adi Negara

Muhammad Sulaiman Almadani Pangat

Hasna Dhiya' Masitoh

Nabila Priska Mira Dewinta

Achmad Syihabul Islami

Aprelo

Leski Rizkinaswara Y.

Wenang Purbaningrat

Muhammad Gani

Ardhia Nugraha

Muhammad Alif Aryo Pangestu

Balqis Odisya N.F.

Penanggung Jawab

Slamet Santoso

(Direktur Pemberdayaan Informatika, Kominfo)

Koordinator

Rangga Adi Negara

Proofreader

**Tim Promosi, Publikasi dan Pengembangan
Konten Literasi Digital**

Direktorat Pemberdayaan Informatika

Giri Lumakto

Klinik Digital Vokasi Universitas Indonesia

Desainer Sampul, Grafik, dan Tata Letak

Muhammad Gani

Aprelo

Wenang Purbaningrat

Annisa Fitri Hanifah

Penerbit

Diterbitkan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika.

Dikeluarkan oleh Direktorat Pemberdayaan Informatika, Direktorat
Jenderal Aplikasi Informatika.

Jln. Fachrudin No.26, Midpoint Place Tanah Abang,
Jakarta, 10250

Email : promosi.lidig@kominfo.go.id

Instagram : @literasidigitalkominfo

Telp : 0857-1444-2421

Kata Pengantar Direktur Jenderal Aplikasi Informatika



Puji syukur ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga Buku “Anti Judi Online: Pendekatan Komprehensif” ini dapat disusun dan diterbitkan. Buku ini hadir sebagai salah satu upaya konkret dari Kementerian Komunikasi dan Digital, khususnya Direktorat Jenderal Aplikasi Informatika, dalam memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai bahaya judi *online* serta pentingnya literasi digital dalam mencegah penyalahgunaan internet di tengah masyarakat.

Di era digital ini, perkembangan teknologi informasi dan komunikasi memberikan banyak kemudahan dan manfaat bagi masyarakat. Namun, di sisi lain, perkembangan ini juga membuka celah bagi berbagai bentuk kejahatan dan penyalahgunaan, salah satunya adalah judi *online*. Judi *online* telah menjadi masalah serius yang tidak hanya mengancam perekonomian individu, tetapi juga memiliki dampak negatif yang luas pada aspek sosial, kesehatan mental, dan keamanan masyarakat.

Pemerintah melalui Kementerian Komunikasi dan Digital telah melakukan berbagai langkah untuk memerangi judi *online*, mulai dari pemblokiran situs-situs ilegal, peningkatan literasi digital, hingga kampanye penyadaran kepada masyarakat. Namun, upaya ini tidak akan efektif tanpa partisipasi aktif dari seluruh lapisan masyarakat. Oleh karena itu, buku ini diharapkan menjadi pedoman bagi masyarakat dalam mengenali, memahami, dan mencegah ancaman judi *online*.

Buku ini disusun dengan pendekatan yang mudah dipahami, dilengkapi dengan contoh kasus, *tips* pencegahan, serta langkah-langkah yang dapat diambil oleh keluarga dan komunitas untuk melindungi diri dari bahaya judi *online*. Kami berharap buku ini dapat memberikan manfaat yang besar bagi pembaca dan menjadi bagian dari upaya bersama untuk menciptakan ekosistem digital yang lebih aman dan sehat.

Kami menyadari bahwa upaya memberantas judi *online* bukanlah hal yang mudah dan membutuhkan kerja sama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kami mengajak semua pemangku kepentingan, baik dari sektor pemerintah, swasta, akademisi, dan masyarakat umum, untuk bersinergi dalam memberikan edukasi, advokasi, dan tindakan nyata dalam memberantas judi *online*.

Akhir kata, kami sampaikan apresiasi dan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan buku ini. Semoga buku ini dapat menjadi panduan yang bermanfaat dan memberikan dampak positif dalam meningkatkan literasi digital masyarakat Indonesia.

Hokky Situngkir

Direktur Jenderal Aplikasi Informatika
Kementerian Komunikasi & Digital

Kata Pengantar Direktur Pemberdayaan Informatika



Puji syukur ke hadirat Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nya buku “Anti Judi Online: Pendekatan Komprehensif” ini dapat diterbitkan. Dalam era digital seperti saat ini, masyarakat dihadapkan pada berbagai tantangan baru, salah satunya adalah ancaman judi *online*. Judi *online* bukan hanya sekadar masalah hukum, tetapi juga masalah sosial yang merusak tatanan keluarga dan kehidupan sosial masyarakat.

Direktorat Pemberdayaan Informatika sebagai bagian dari Direktorat Jenderal Aplikasi Informatika, Kementerian Komunikasi dan Digital, memiliki tanggung jawab untuk membangun kapasitas masyarakat dalam menghadapi berbagai tantangan digital, termasuk di dalamnya adalah pencegahan judi *online*. Buku ini diharapkan dapat menjadi salah satu media edukasi yang efektif dalam memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai bahaya judi *online* dan langkah-langkah pencegahannya.

Buku ini juga menyoroti pentingnya literasi digital di kalangan masyarakat. Literasi digital bukan hanya sekadar kemampuan untuk menggunakan teknologi, tetapi juga kemampuan untuk menggunakannya secara bijak, bertanggung jawab, dan etis. Dalam konteks ini, edukasi mengenai bahaya judi *online* menjadi sangat penting, terutama bagi kelompok rentan seperti anak-anak, remaja, dan orang tua yang kurang memahami perkembangan teknologi.

Kami percaya bahwa pemberdayaan masyarakat merupakan kunci dalam memerangi kejahatan digital seperti judi *online*. Melalui edukasi yang tepat dan pemahaman yang mendalam, masyarakat akan lebih waspada dan mampu melindungi diri mereka serta keluarganya dari ancaman digital. Oleh karena itu, kami berharap buku ini tidak hanya dibaca, tetapi juga dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pada kesempatan ini, kami juga ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada seluruh tim yang telah bekerja keras dalam penyusunan buku ini. Kami mengajak semua pihak untuk terus berkolaborasi dan bersinergi dalam upaya menciptakan ruang digital yang lebih aman dan nyaman bagi seluruh masyarakat.

Semoga buku ini dapat memberikan manfaat yang luas dan menjadi langkah awal dalam upaya bersama untuk memerangi judi *online* di Indonesia. Mari bersama-sama kita wujudkan masyarakat yang cerdas digital, bebas dari bahaya judi *online*, dan mampu memanfaatkan teknologi untuk hal-hal yang positif.

Slamet Santoso

Direktur Pemberdayaan Informatika
Direktorat Jenderal Aplikasi Informatika
Kementerian Komunikasi & Digital



14

Bab 1: Menyingkap
Bahaya Judi Online



28

Bab 2: Memahami
Psikologi di Balik
Judi Online

42

Bab 3: Strategi
Pencegahan Judi Online

52

Bab 4: Metode Intervensi
untuk Mengatasi
Kecanduan Judi Online

62

Bab 5: Kisah Inspiratif:
Pemulihan dari Kecanduan
Judi Online



72

Bab 6: Peran Pemerintah
dan Lembaga dalam
Menangani Judi Online

86

Bab 7: Langkah-langkah
Praktis untuk Melindungi
Diri dari Kecanduan Judi
Online

112

Bab 9: Peran Lembaga
Keagamaan dalam
Menangani Judi Online

134

Bab 11: Studi Kasus
Internasional: Keberhasilan
Mengatasi Judi Online



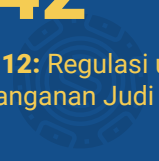
100

Bab 8: Peran Pendidikan
dalam Pencegahan
Judi Online

122

Bab 10: Pendekatan
Berbasis Komunitas dalam
Mengatasi Judi Online

142



Bab 12: Regulasi untuk
Penanganan Judi Online

DAFTAR ISI

BAB 01

Menyingkap Bahaya Judi Online



1.1 Pengantar Judi Online

Judi *online* telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir, menarik perhatian para peneliti, pemerintah, dan masyarakat umum. Dengan kemajuan teknologi dan aksesibilitas internet yang semakin meluas, praktik perjudian ini menawarkan kenyamanan dan variasi yang tidak dapat ditemukan dalam perjudian tradisional.

Fenomena ini tentu membawa sejumlah risiko yang perlu diperhatikan. Di antara tantangan yang dihadapi adalah kurangnya identifikasi positif dan otentikasi pihak-pihak yang terlibat, yang dapat membuka celah bagi penipuan dan aktivitas ilegal. Selain itu, penggunaan kartu kredit jarak jauh menambah kompleksitas dan potensi kerugian finansial bagi individu yang terlibat.

Oleh karena itu, diperlukan penelitian mendalam mengenai risiko-risiko ini untuk memahami dampak sosial dan ekonomi dari judi *online* serta untuk mengembangkan strategi mitigasi yang tepat. Judi *online* telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir, didorong oleh kemajuan teknologi dan akses internet yang semakin mudah. Situs-situs judi menawarkan berbagai permainan seperti taruhan olahraga, poker, slot, dan permainan kasino lainnya.

Meskipun terlihat menggiurkan dan menawarkan kesempatan untuk menang besar, judi *online* memiliki dampak yang merugikan baik bagi individu maupun masyarakat. Selain itu, dampak psikologis dari judi *online* tidak dapat diabaikan, karena dapat menyebabkan kecanduan dan masalah kesehatan mental lainnya, yang semakin memperumit persoalan ini.

1.2 Mengapa Orang Terjebak Judi Online?

Judi *online* semakin meresahkan di era digital ini, dengan banyak orang terjebak dalam lingkaran kecanduan yang sulit diputus. Salah satu faktor utama yang menarik orang ke dalam dunia judi *online* adalah kesempatan untuk mendapatkan uang dengan cepat. Mereka sering mengabaikan risiko kehilangan uang dan terfokus pada potensi kemenangan yang sebenarnya sangat kecil peluangnya. Prospek memenangkan uang adalah motivator yang signifikan untuk terlibat dalam judi *online*. Motivasi keuangan ini sering dibagi menjadi sub-motif seperti keinginan untuk memenangkan uang atau mendapatkan penghasilan (Mulkeen dkk 2017). Anonimitas dan nilai uang yang dirasakan terkait dengan judi *online* menarik banyak pemain, sementara kekhawatiran tentang keamanan dan hasil nyata dapat menghalangi pemikiran jernih mereka (McCormack & Griffiths, 2012).

Selain itu, judi *online* sering dijadikan pelarian dari berbagai masalah pribadi. Contohnya, seorang ibu rumah tangga yang merasa tertekan dengan rutinitas sehari-hari atau karyawan yang mengalami konflik di tempat kerja mungkin mulai bermain judi *online* untuk mendapatkan sensasi dan kegembiraan sesaat. Individu sering beralih ke judi *online* sebagai sarana untuk mengatasi emosi negatif seperti kecemasan, depresi, dan stres. Pandemi COVID-19 memperburuk perasaan ini, menyebabkan peningkatan judi *online* sebagai bentuk pelarian (Vijayakumar & Vijayakumar, 2023). Mulkeen dkk (2017) melihat banyak orang menggunakan judi *online* sebagai sarana untuk melarikan diri dari stres sehari-hari dan untuk bersantai, yang dapat menyebabkan perjudian menjadi hal yang biasa.

Banyak individu, seperti karyawan berpenghasilan rendah atau mahasiswa yang kesulitan membayar uang kuliah, tergiur oleh janji kemenangan besar dalam waktu singkat. Para penjudi *online* sering beralasan mengatasi emosi negatif sebagai pembenaran perilaku perjudian mereka. Ini lebih umum di kalangan penjudi *online* dibandingkan dengan rekanan mereka di dunia nyata (Goldstein dkk 2016). Meskipun dapat memberikan perasaan lega sementara, cara ini hanya merupakan solusi semu yang justru berpotensi memperburuk masalah yang ada dan menciptakan masalah baru.

1.3 Dampak Negatif Judi Online

Kemudahan akses juga menjadi faktor signifikan dalam meningkatnya popularitas judi *online*. Dengan adanya internet dan *smartphone*, orang dapat bermain judi kapan saja dan di mana saja. Kemudahan akses ke *platform* judi *online*, ditambah dengan anonimitas yang mereka berikan, membuat judi *online* sangat menarik. Hal ini terutama berlaku untuk individu yang lebih muda yang lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya dan pemasaran agresif (Vijayakumar & Vijayakumar, 2023). Studi dari Killick & Griffiths (2021) mengungkapkan bahwa ketersediaan *smartphone* dan internet telah memfasilitasi pertumbuhan judi *online*, membuatnya lebih nyaman dan meluas.

Seorang pekerja kantoran bisa dengan mudah bermain saat istirahat makan siang atau dalam perjalanan pulang, sementara remaja di daerah tanpa kasino fisik kini bisa mengakses berbagai jenis permainan judi hanya dengan beberapa klik. Kemudahan ini telah menghilangkan banyak hambatan yang sebelumnya ada pada judi konvensional, membuat lebih banyak orang tergoda untuk mencoba dan akhirnya kecanduan. Sensasi dan potensi keuntungan instan menciptakan siklus adiktif, yang selanjutnya mendorong partisipasi, terlepas dari risiko terkait dan larangan hukum (Dwiwahyuni, 2021).

Iklan dan promosi yang agresif memainkan peran besar dalam menarik orang ke dunia judi *online*. *Platform* judi sering menawarkan bonus besar dan menggunakan *influencer* media sosial untuk mempromosikan gaya hidup mewah yang seolah-olah didapat dari kemenangan judi. Ketika lanskap judi *online* berkembang, ada kekhawatiran mengenai dampaknya pada demografi yang lebih muda, terutama Generasi Z, yang semakin terpapar iklan bertarget melalui *platform* media sosial (Alamsyah, 2023). Strategi pemasaran ini sering menargetkan kelompok rentan, menciptakan ilusi peluang menang yang besar, padahal kenyataannya peluang selalu berpihak pada bandar judi. Kombinasi dari semua faktor ini membuat judi *online* menjadi ancaman serius bagi masyarakat, membutuhkan perhatian dan penanganan yang serius dari berbagai pihak.



Sumber | [tempo.co](https://www.tempo.co)

Berita di atas menceritakan tentang seorang wanita bernama Sarah yang mulai berjudi *online* hanya karena iseng setelah nongkrong bersama teman-teman sekolahnya. Sarah merasa terprovokasi saat kembali kongko bersama sejawatnya setelah berhasil menghasilkan Rp 1 juta dari deposit Rp 30 ribu pada percobaan pertama. Namun, kecanduan tersebut semakin parah hingga akhirnya Sarah mengalami kerugian puluhan juta rupiah.

Risiko judi *online* dianggap sebagai risiko spesifik yang berhubungan langsung dengan hakikat digital dari aktivitas ini. Hal ini termasuk kurangnya identifikasi positif dan otentikasi para pihak yang terlibat, penggunaan kartu kredit atau *e-wallet*, serta keberadaan kasino yang beroperasi di luar yurisdiksi hukum (Neumann, 1998). Selain itu, dampak psikologis dari judi *online*, seperti potensi kecanduan dan masalah kesehatan mental lainnya, semakin memperumit persoalan ini. Sehingga, judi *online* dapat menimbulkan berbagai dampak negatif yang serius, mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang.

Contoh dampak judi *online* yang paling nyata adalah kehilangan uang dalam jumlah besar. Banyak orang jatuh ke dalam hutang karena judi. Kerugian finansial dari judi *online* seringkali lebih parah dibandingkan judi konvensional karena kemudahan akses dan kecepatan permainan. Orang bisa kehilangan uang dalam jumlah besar dalam waktu singkat, bahkan tanpa meninggalkan rumah mereka. Hal ini dapat menyebabkan jerumus hutang yang sulit dihentikan, memaksa orang untuk meminjam uang atau bahkan melakukan tindakan kriminal untuk menutupi kerugian mereka. Judi *online* menyebabkan konsekuensi ekonomi yang parah, dengan transaksi mencapai triliunan rupiah, menunjukkan tingkat keterlibatan keuangan yang tinggi dan potensi kerugian (Bakhtiar & Adilah, 2024, Mide dkk 2023, dan So dkk 2023).

Kecanduan Judi "Online", Ayah Kandung di Tangerang Jual Bayinya yang Masih 11 Bulan

Kompas.com - 07/10/2024, 16:48 WIB

Sumber | [Kompas.com](https://www.kompas.com)

TANGERANG, KOMPAS.com - Ayah di Tangerang berinisial RA (36) menjual bayi kandungnya yang masih berusia 11 bulan. Uang hasil penjualan tersebut dipakai RA untuk judi *online*. "Uang hasil penjualannya digunakan untuk sehari-hari dan bermain judi *online*," ujar Kasat Reskrim Metro Tangerang Kota Kopol David Yuniar Kanitero kepada Kompas.com, Senin (7/10/2024). RA menjual bayinya seharga Rp 15 juta tanpa sepengetahuan sang istri, RD. Sebab, RD saat itu sedang bekerja di Kalimantan.

Memburuknya kesehatan mental juga akan terjadi. Stres, kecemasan, dan depresi sering kali menyertai kecanduan judi. Kehilangan uang dapat memicu perasaan bersalah dan putus asa. Dampak psikologis dari judi *online* bisa sangat merusak. Siklus kemenangan dan kekalahan dapat menciptakan gelombang emosi yang ekstrem, dari euforia hingga keputusan. Perasaan bersalah, malu, dan tidak berdaya sering mengiringi kecanduan judi, yang dapat memicu atau memperparah masalah kesehatan mental yang ada.

Para penjudi *online* sering menunjukkan tingkat impulsif yang lebih tinggi, terutama kurangnya perencanaan, dibandingkan dengan penjudi tradisional. Perilaku impulsif ini dapat menyebabkan keputusan tergesa-gesa, seperti mengejar kerugian atau pengeluaran berlebihan, yang dapat memperburuk tekanan finansial dan emosional mereka (López-Torres dkk, 2021).

Judi juga dapat merusak hubungan dengan keluarga dan teman. Individu yang kecanduan judi mungkin mengisolasi diri dan mengalami konflik dengan orang-orang terdekat. Kecanduan judi *online* dapat merusak hubungan sosial karena penjudi cenderung menyembunyikan aktivitas mereka, berbohong tentang kerugian, dan menarik diri dari interaksi sosial. Ini dapat menyebabkan hilangnya kepercayaan, konflik dalam keluarga, dan isolasi sosial. Gejala seperti penarikan diri dan toleransi lazim, menunjukkan ketergantungan psikologis pada judi *online*. Selain itu, isolasi sosial dapat memperburuk masalah ini, karena individu dapat beralih ke judi *online* sebagai cara melarikan diri, semakin mengakar kecanduan mereka dan mengarah ke siklus ketergantungan yang sulit dipatahkan (Liu dkk, 2022). Dalam kasus yang lebih parah, dapat menyebabkan kehancuran keluarga dan hilangnya sistem dukungan yang penting.

Waktu yang dihabiskan untuk berjudi dapat mengganggu pekerjaan, studi, dan tanggung jawab lainnya. Judi *online* dapat menjadi sangat menyita waktu dan perhatian. Penjudi mungkin menghabiskan waktu yang seharusnya digunakan untuk bekerja atau belajar untuk bermain judi. Bahkan ketika tidak sedang aktif berjudi, pikiran mereka mungkin terus terfokus pada strategi bermain atau cara mendapatkan uang untuk taruhan berikutnya. Ini dapat menyebabkan penurunan kinerja di tempat kerja atau sekolah, yang pada akhirnya dapat mengancam karir atau prospek pendidikan seseorang.

Dampak-dampak negatif ini saling terkait dan dapat menciptakan lingkaran setan yang sulit diputus. Kerugian finansial dapat memicu masalah kesehatan mental, yang pada gilirannya dapat menyebabkan masalah sosial dan penurunan produktivitas. Oleh karena itu, mengatasi kecanduan judi *online* memerlukan pendekatan holistik yang mempertimbangkan semua aspek kehidupan seseorang dan sering kali membutuhkan dukungan profesional serta sistem pendukung yang kuat.

1.4 Mengidentifikasi Tanda-tanda Kecanduan Judi Online

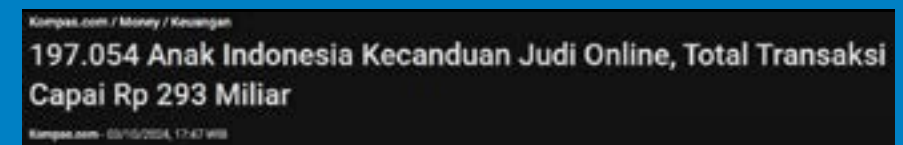
Kemudahan akses dan antarmuka yang mendalam dari *platform online* dapat memperburuk perilaku adiktif, yang menyebabkan gejala yang lebih parah (Gainsbury, 2015). Hal ini sangat kontras dengan lingkungan perjudian tradisional, di mana kehadiran fisik dan interaksi sosial kadang-kadang dapat bertindak sebagai pengaruh moderat pada perilaku. Peningkatan aksesibilitas ini memungkinkan individu untuk berjudi kapan saja, sehingga mengarah pada keputusan impulsif dan kurangnya kontrol diri.

Secara fisik, kecanduan juga berkaitan dengan pengaruh neurobiologis, yaitu pelepasan dopamin. Dopamin adalah hormon yang diproduksi di dalam otak dan saluran pencernaan yang berperan besar dalam mempengaruhi emosi, sensasi kesenangan hingga rasa sakit. Hubungan antara pelepasan dopamin dan perkembangan kecanduan judi kompleks dan beragam, melibatkan mekanisme neurobiologis yang dapat juga ditemukan pada orang dengan adiksi narkoba. Penelitian Zack dkk (2020) menunjukkan bahwa dopamin memainkan peran penting dalam pemrosesan kesenangan dan pengambilan keputusan, yang secara signifikan berubah pada individu dengan gangguan judi. Hal ini akan dijelaskan lebih lanjut di Bab 2.

Gejala umum kecanduan judi *online* meliputi peningkatan waktu yang dihabiskan untuk berjudi, gangguan tidur dan pola makan, dan kecenderungan untuk menghabiskan lebih banyak uang karena lingkungan *online* yang imersif. Tidak seperti kecanduan judi tradisional, penjudi *online* mungkin mengalami interaksi sosial yang lebih sedikit dan cenderung tidak mencari bantuan formal. Selain itu, penjudi *online* sering melaporkan perasaan bahwa mereka tidak merasa menghabiskan uang karena transaksi dilakukan secara digital, yang dapat memperburuk kebiasaan judi mereka (Lim & Rogers, 2020).

Kebiasaan menghabiskan banyak waktu untuk berjudi *online* menjadi sangat terlihat. Para penjudi *online* seringkali mengabaikan aktivitas lain demi berjudi. Ketika seseorang mulai menghabiskan semakin banyak waktu untuk berjudi, ini bisa menjadi tanda awal kecanduan.

Kesulitan mengontrol diri adalah ciri khas kecanduan judi. Meskipun secara logis mereka tahu bahwa terus bermain hanya akan membawa lebih banyak kerugian, dorongan untuk bermain tetap tidak terkendali. Fenomena ini sering disebut sebagai “mengejar kerugian”, di mana penjudi terus bermain dengan harapan bisa memenangkan kembali uang yang telah hilang, yang hanya menambah kerugian mereka. Efek macam ini juga dikaitkan dengan ilusi kontrol yang mengacu pada keyakinan bahwa seseorang dapat mempengaruhi hasil yang sebenarnya ditentukan secara kebetulan, seperti dalam situasi perjudian (Langer & Roth, 1975, Eben dkk, 2022).



Sumber | [Kompas.com](https://www.kompas.com)

JAKARTA, KOMPAS.com - Menteri Komunikasi dan Informatika (Menkominfo) Budi Arie Setiadi mengatakan, sebanyak 197.054 anak Indonesia kecanduan judi *online*. Data tersebut berdasarkan catatan dari Pusat Pelaporan dan Transaksi Keuangan (PPATK) pada 2024. “Berdasarkan data PPATK, tercatat sebanyak 197.054 kasus kecanduan judi *online* pada kalangan anak di bawah umur di Indonesia,” ujar Budi Arie dalam paparannya di acara Sarah Sechan dengan Kadin Indonesia di Menara Kadin, Jakarta Selatan, Kamis (3/10/2024).

Kemudian mereka juga sering berbohong. Berbohong adalah tanda yang sering muncul pada penjudi bermasalah. Mereka mungkin berbohong tentang frekuensi bermain, jumlah uang yang dipertaruhkan, atau bahkan sumber pendapatan mereka (McCormack dkk 2013). Kebohongan ini bisa dimulai sebagai upaya untuk menghindari kritik atau kekhawatiran dari orang-orang terdekat, tetapi seiring waktu dapat berkembang menjadi pola perilaku yang merusak kepercayaan dalam hubungan (Dash & Howards, 2024). Menggunakan uang pinjaman atau berhutang untuk berjudi adalah tanda serius dari kecanduan judi. Ini menunjukkan bahwa penjudi telah kehilangan kontrol atas keuangan mereka dan bersedia mengambil risiko finansial yang lebih besar. Perilaku ini dapat menyebabkan jerumus hutang yang cepat dan sulit diatasi, seringkali membawa konsekuensi jangka panjang pada stabilitas keuangan dan kredibilitas seseorang.

Tanda-tanda ini sering muncul secara bersamaan dan dapat saling memperkuat satu sama lain. Misalnya, seseorang yang menghabiskan banyak waktu berjudi mungkin juga berbohong tentang aktivitasnya dan menggunakan uang pinjaman untuk melanjutkan kebiasaan tersebut. Penting untuk diingat bahwa semakin dini tanda-tanda ini dikenali, semakin besar kemungkinan untuk mengatasi masalah kecanduan judi sebelum dampaknya menjadi terlalu parah. Keluarga, teman, atau bahkan rekan kerja yang mengenali tanda-tanda ini sebaiknya mendorong orang tersebut untuk mencari bantuan profesional.

1.5 Cara Mengatasi Kecanduan Judi

Mengatasi kecanduan judi membutuhkan komitmen dan dukungan, baik dari diri sendiri maupun orang lain. Langkah pertama adalah mengakui bahwa ada masalah dengan kebiasaan berjudi. Mengakui adanya masalah merupakan langkah krusial dalam proses pemulihan dari kecanduan judi. Ini melibatkan introspeksi jujur terhadap perilaku berjudi seseorang dan dampaknya terhadap berbagai aspek kehidupan.

Pengakuan ini sering kali menjadi titik balik yang memotivasi seseorang untuk mencari bantuan dan memulai perubahan. Proses ini bisa jadi sulit dan emosional, karena melibatkan konfrontasi dengan kenyataan yang mungkin telah lama dihindari atau disangkal. Namun, tanpa pengakuan ini, langkah-langkah selanjutnya dalam pemulihan akan sulit dilakukan dengan efektif.

Penjudi bisa bergabung dengan kelompok dukungan yang positif atau mencari bantuan dari spesialis kesehatan mental. Dukungan dari orang lain sangat penting dalam proses pemulihan dari kecanduan judi. Badan Narkotika Negara (BNN) tengah menggodok penyediaan kelompok dukungan yang dapat menyediakan lingkungan yang aman dan memahami dimana penjudi dapat berbagi pengalaman, mendapatkan perspektif baru, dan belajar strategi koping dari orang lain yang menghadapi tantangan serupa.

Sementara itu, spesialis kesehatan mental, seperti psikolog atau konselor adiksi, dapat memberikan terapi individual yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik seseorang. Mereka dapat membantu mengatasi masalah yang mendasari kecanduan, mengajarkan teknik manajemen stres, dan membantu mengembangkan strategi pencegahan kambuh. Kombinasi dukungan dari kelompok dan profesional seringkali memberikan hasil terbaik dalam pemulihan jangka panjang.

Selanjutnya adalah menjauhi dari situasi atau lingkungan yang memicu keinginan berjudi. Mengidentifikasi dan menghindari pemicu adalah strategi kunci dalam mengatasi kecanduan judi. Pemicu bisa berupa hal-hal seperti iklan judi, lokasi tertentu, waktu tertentu dalam sehari, atau bahkan emosi tertentu yang sebelumnya dikaitkan dengan aktivitas berjudi. Proses ini melibatkan analisis mendalam terhadap pola perilaku dan situasi yang biasanya mendorong seseorang untuk berjudi.

Setelah pemicu diidentifikasi, langkah selanjutnya adalah mengembangkan strategi untuk menghindari atau mengelola pemicu tersebut. Ini mungkin melibatkan perubahan rutinitas harian, menginstal perangkat lunak pemblokiran situs judi di perangkat elektronik, atau bahkan mengubah lingkungan sosial. Menghindari pemicu tidak hanya membantu mencegah kambuh, tetapi juga memberikan ruang mental untuk mengembangkan kebiasaan baru yang lebih sehat.

Kebiasaan berjudi bisa digantikan dengan mengembangkan hobi atau aktivitas yang lebih sehat dan produktif. Pergantian kebiasaan ini adalah langkah penting dalam pemulihan jangka panjang. Kebiasaan berjudi bisa digantikan dengan mengembangkan hobi atau aktivitas yang lebih sehat dan produktif. Pergantian kebiasaan ini adalah langkah penting dalam pemulihan jangka panjang. Aktivitas ini berfungsi ganda: mengisi waktu yang sebelumnya digunakan untuk berjudi dan memberikan sumber kepuasan dan pencapaian baru. Hobi atau aktivitas yang dipilih sebaiknya sesuai dengan minat dan nilai-nilai individu, serta memberikan manfaat baik secara fisik maupun mental. Ini bisa termasuk olahraga, seni, kegiatan sukarelawan, atau mempelajari keterampilan baru.

Selain memberikan distraksi dari dorongan untuk berjudi, aktivitas positif juga dapat membantu membangun kembali harga diri, memperluas jaringan sosial, dan memberikan tujuan baru dalam hidup. Penting untuk mencoba berbagai aktivitas untuk menemukan yang paling sesuai dan memberi kepuasan. Proses ini juga membantu seseorang untuk kembali terhubung dengan aspek-aspek kehidupan yang mungkin telah diabaikan selama kecanduan judi.

Langkah-langkah di atas saling terkait dan saling mendukung dalam proses pemulihan dari kecanduan judi. Mengakui masalah dapat membuka jalan untuk mencari dukungan. Dukungan yang diperoleh dapat membantu dalam mengidentifikasi dan menghindari pemicu, serta dalam menemukan dan mengembangkan aktivitas positif sebagai pengganti judi. Penting untuk diingat bahwa pemulihan adalah proses yang berkelanjutan dan mungkin melibatkan tantangan serta kemunduran. Namun, dengan komitmen yang kuat dan dukungan yang tepat, mengatasi kecanduan judi adalah sesuatu yang sangat mungkin dicapai.

1.6 Kesimpulan

Judi *online* menawarkan ilusi kemenangan mudah, namun kenyataannya membawa banyak dampak negatif yang dapat menghancurkan kehidupan seseorang. Dari kerugian finansial yang berat hingga masalah kesehatan mental yang serius, judi *online* dapat merusak berbagai aspek kehidupan. Penting untuk menyadari bahaya yang terkait dengan judi *online* dan mengambil langkah-langkah proaktif untuk melindungi diri sendiri dan orang-orang terdekat dari jerat kecanduan judi. Ini meliputi edukasi tentang risiko, pembatasan akses ke *platform* judi, dan penciptaan lingkungan sosial yang mendukung. Dengan kesadaran, komitmen pribadi, dan dukungan yang tepat dari keluarga, teman, serta profesional, kecanduan judi dapat diatasi. Melalui proses pemulihan yang holistik, individu dapat kembali menjalani hidup yang lebih sehat, produktif, dan bahagia, bebas dari belenggu judi *online*. Pada bab-bab berikutnya, kita akan mengenali proses psikologis yang mempengaruhi mengapa judi *online* dilakukan.

BAB 02

Memahami Psikologi di Balik Judi Online

2.1 Pengantar

Judi *online* di Indonesia adalah masalah yang berkembang dengan dampak ekonomi dan psikologis yang signifikan, meskipun ada larangan hukum dan upaya penegakan hukum untuk memerangi perkembangannya. Meningkatnya aksesibilitas *platform* judi *online* telah mempermudah individu untuk terlibat dalam kegiatan ini, sehingga menyebabkan kecanduan dan kehancuran finansial. Memahami psikologi di balik judi *online* adalah langkah penting dalam mengatasi dan mencegah kecanduan. Pengetahuan ini membantu kita memahami mengapa judi bisa begitu menarik dan adiktif, serta bagaimana kita bisa melawan godaan untuk berjudi.

Selain itu, dengan memahami faktor psikologis yang mendasari judi *online*, kita dapat merancang strategi pencegahan yang lebih personal dan efektif bagi berbagai kalangan. *Platform* judi *online* menggunakan berbagai teknik manipulasi psikologis untuk mendorong pengguna untuk terus bermain. Strategi ini sering mengeksploitasi bias kognitif dan pemicu emosional, yang mengarah pada peningkatan keterlibatan dan pengeluaran.

2.2 Ilusi Kendali dan Bias Kognitif

Ilusi kendali atau kontrol (*Illusion of Control, IOC*) adalah fitur penting dari perilaku perjudian yang bermasalah dan tidak bermasalah serta dimasukkan dalam sebagian besar model kognitif masalah perjudian, dan juga merupakan pusat dalam berbagai pendekatan untuk pengobatan kecanduan perjudian seperti yang diterangkan di Bab 1. Salah satu faktor psikologis utama yang membuat judi *online* begitu menarik adalah ilusi kendali dan keberuntungan. Banyak pemain percaya bahwa mereka memiliki kontrol atas hasil permainan atau mereka bisa “mengalahkan sistem.” Pemain judi *online* merasa bahwa mereka memiliki pengaruh atas hasil permainan melalui strategi atau keterampilan tertentu, padahal hasilnya memang murni berdasarkan keberuntungan.

Konsep IOC ini penting dalam perilaku perjudian, karena mempengaruhi bagaimana individu memandang kemampuan mereka untuk memprediksi hasil. Studi ini berhasil mereplikasi temuan Langer & Roth (1975) dalam konteks *online*, menunjukkan ilusi efek kontrol. Efek ini ditandai dengan keyakinan peserta pada kemampuan mereka untuk memprediksi hasil dalam tugas melempar koin, dipengaruhi oleh urutan kemenangan dan kerugian yang mereka alami. Konsep ini sangat penting dalam model kognitif masalah perjudian dan merupakan pusat dari berbagai pendekatan pengobatan untuk gangguan perjudian, seperti intervensi restrukturisasi kognitif. Ini adalah elemen sentral dalam model kognitif masalah perjudian dan dibahas dalam berbagai pendekatan pengobatan untuk gangguan perjudian (Eben dkk 2022).

Ilusi kontrol dapat menyebabkan terlalu percaya diri, menyebabkan individu terlibat dalam perilaku taruhan yang lebih berisiko, percaya bahwa mereka memiliki pengaruh yang lebih besar atas hasil daripada yang sebenarnya mereka lakukan. Kepercayaan diri yang berlebihan ini dapat menyebabkan siklus mengejar kerugian, di mana individu terus berjudi dengan harapan mendapatkan kembali kerugian mereka sebelumnya, semakin mengakar keyakinan diri pada kemampuan sendiri untuk mengendalikan hasilnya.

Penjudi, baik *offline* atau *online* sering menunjukkan bias kognitif yang membuat mereka percaya bahwa mereka dapat mempengaruhi hasil acak, berkontribusi pada ilusi kontrol. Keyakinan ini dapat menyebabkan siklus mengejar kerugian, di mana penjudi terus bertaruh dengan harapan mendapatkan kembali kendali atas situasi mereka (Na dkk., 2022). Hal ini dapat menyebabkan peningkatan kerugian finansial dan tekanan emosional, karena penjudi terjebak dalam siklus keyakinan dan perilaku irasional yang merusak kemampuan mereka untuk membuat keputusan yang baik.

2.3 Efek Dopamin

Judi *online* memicu pelepasan dopamin di otak, neurotransmitter yang terkait dengan rasa senang dan penghargaan. Peran dopamin dalam kecanduan judi sudah mapan, beberapa penelitian menunjukkan bahwa peningkatan kadar dopamin mungkin tidak selalu mengurangi pengambilan keputusan yang berisiko, menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut tentang perbedaan individu dalam menanggapi intervensi dopaminergik (Peters dkk 2020). Kemenangan kecil yang terjadi secara tidak teratur memperkuat perilaku berjudi, membuat pemain terus mengejar kemenangan berikutnya. Proses ini sangat dipengaruhi pelepasan dopamin yang meningkat selama berjudi, terutama sebagai respons terhadap imbalan yang tidak pasti, sehingga dapat meningkatkan keinginan untuk berjudi (Zack dkk 2020).

Lebih lanjut, para penjudi patologis menunjukkan peningkatan kepadatan reseptor dopamin, menunjukkan respons neuro adaptif terhadap perjudian yang sering, membutuhkan stimulasi yang lebih besar untuk efek hadiah yang sama (Santos & Novaretti, 2023). Ketergantungan ini dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan untuk mengatur perilaku, sehingga semakin sulit bagi individu untuk menahan keinginan untuk berjudi, bahkan dalam menghadapi konsekuensi negatif. Otak kita dirancang untuk mengejar aktivitas yang menghasilkan dopamin, sehingga judi menjadi aktivitas yang sangat adiktif. Obat dopaminergik, seperti pramipexole, telah dikaitkan dengan peningkatan perilaku perjudian pada populasi yang rentan, menunjukkan pengaruh farmakologis langsung pada kecanduan judi. Respons dopamin yang meningkat ini dapat mengganggu kontrol impuls dan mempromosikan perilaku perjudian kompulsif, berkontribusi pada perkembangan gangguan perjudian (Wolfschlag & Håkansson, 2023).

2.4 FOMO (Fear of Missing Out)

Rasa takut ketinggalan atau FOMO adalah perasaan cemas bahwa kita akan kehilangan pengalaman atau peluang berharga. Hubungan antara FOMO dan kecanduan judi *online* sangat kompleks dan beragam, melibatkan faktor psikologis, sosial, dan teknologi.

FOMO, ditandai dengan kecemasan karena kehilangan pengalaman yang bermanfaat, dapat secara signifikan mempengaruhi seperti *gaming* dan media sosial, termasuk perjudian. Hubungan ini dimediasi oleh berbagai faktor seperti disregulasi emosional dan sifat imersif *platform online*. FOMO juga dikaitkan dengan gejala psikopatologis seperti kecemasan dan depresi, yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap perilaku adiktif, termasuk perjudian. Ini mirip dengan pola yang diamati dalam kecanduan situs jejaring sosial, di mana FOMO memediasi hubungan antara tekanan psikologis dan penggunaan adiktif (Balcerowska & Brailovskaia, 2024).

FOMO dapat mendorong individu untuk terlibat dalam judi *online* sebagai cara untuk menghindari kehilangan potensi kemenangan atau interaksi sosial yang terkait dengan komunitas perjudian. Sifat imersif dan mudah diakses dari *platform* judi *online* memperburuk kecenderungan ini, membuatnya lebih mudah bagi individu untuk berjudi secara impulsif (Gainsbury, 2015). Situs judi *online* sering menggunakan promosi dan bonus waktu terbatas untuk menciptakan rasa urgensi dan FOMO, mendorong pemain untuk berjudi lebih banyak.

Melihat kemenangan orang lain sebagai pengalaman sosial, baik di dunia nyata atau melalui media sosial, juga bisa memicu FOMO dan mendorong seseorang untuk berjudi. Kebutuhan psikologis untuk tetap terhubung dan tidak melewatkan pengalaman sosial dapat menyebabkan perilaku perjudian kompulsif, mirip dengan yang diamati di media sosial dan konteks perdagangan *online*, di mana FOMO mengarah pada pengambilan keputusan yang tidak rasional dan peningkatan pengambilan risiko (Ivantchev & Ivantcheva, 2024).

Maka, FOMO dapat secara signifikan berkontribusi pada kecanduan judi *online* dengan mendorong pengambilan keputusan yang tidak rasional dan perilaku pengambilan risiko yang berlebihan. Dasar psikologis FOMO, diperkuat oleh interaksi media sosial, mengarahkan individu untuk terlibat dalam kegiatan perjudian untuk menghindari kehilangan peluang yang dirasakan atau validasi sosial.

2.5 Pengaruh Sosial & Norma Budaya

Norma budaya dan pengaruh sosial memainkan peran besar dalam kebiasaan berjudi. Dua aspek penting dari fenomena ini adalah tekanan sosial dan normalisasi judi. Tekanan sosial dari teman atau kelompok sosial yang mendukung judi bisa mempengaruhi individu untuk berjudi, bahkan jika mereka awalnya tidak tertarik. Manusia, sebagai makhluk sosial, memiliki kecenderungan alami untuk menyesuaikan diri dengan norma dan perilaku kelompok mereka. Dalam lingkungan di mana judi dianggap sebagai aktivitas sosial yang normal atau bahkan diharapkan, individu mungkin merasa terdorong untuk berpartisipasi meskipun awalnya mereka tidak tertarik atau bahkan menolak ide tersebut. Daya pikat keuntungan finansial yang cepat dan kegembiraan perjudian dapat menyebabkan kecanduan, semakin memperburuk masalah (Fathanah dkk 2023).

Tekanan ini bisa muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari ajakan langsung hingga tekanan tidak langsung seperti perasaan tersisih atau tidak diterima jika tidak ikut berjudi. Dalam beberapa kasus, judi bahkan mungkin dianggap sebagai ritual penting dalam interaksi sosial atau bisnis, membuat orang merasa bahwa mereka harus berpartisipasi untuk menjaga hubungan atau status sosial mereka. Efek dari tekanan sosial ini bisa sangat kuat, terutama pada individu yang memiliki kebutuhan tinggi untuk diterima secara sosial atau yang kurang percaya diri dalam menolak pengaruh kelompok. Hal ini dapat menyebabkan seseorang mulai berjudi meskipun mereka sadar akan risikonya, atau bahkan jika mereka tidak memiliki minat atau kesenangan pribadi dalam aktivitas tersebut.

Jadi Polisi Gadungan, David Heydar Gasak Uang
Rp165 Juta Untuk Gaya Hidup dan Judi Slot

Kayong: Sabtu, 9 Maret 2024 10:07 WIB

Sumber | tribunnewswiki.com

TRIBUNNEWSWIKI.COM - Nekat jadi polisi gadungan, David Heydar Pratama (26), tega gasak uang Rp 165 juta demienuhi gaya hidup dan main judi slot.

Hal ini terungkap dari hasil pemeriksaan polisi.

Pemilik nama David Heydar Pratama ini nekat menjadi polisi gadungan dan meminjam uang ke pacarnya demi memenuhi gaya hidup dan bermain judi slot.

Normalisasi judi dengan iklan yang melibatkan selebriti atau olahragawan terkenal dapat membuat judi terlihat normal dan dapat diterima. Hal ini mempengaruhi persepsi budaya perjudian sebagai perilaku menyimpang bertentangan dengan normalisasi yang berkembang di kalangan pemuda, memperumit upaya untuk mengatasi masalah ini (Budiman dkk 2022). Normalisasi judi melalui iklan dan *endorsement* selebriti adalah strategi pemasaran yang sangat efektif namun berpotensi berbahaya. Ketika figur publik yang dihormati dan dikagumi dikaitkan dengan aktivitas perjudian, hal ini dapat secara signifikan mengubah persepsi masyarakat tentang judi.

Selebriti dan atlet terkenal sering dipandang sebagai panutan atau simbol kesuksesan. Ketika mereka mempromosikan atau terlibat dalam iklan judi, hal ini dapat menciptakan asosiasi positif antara judi dan kesuksesan, glamor, atau gaya hidup yang diinginkan. Asosiasi ini dapat mengaburkan risiko dan potensi dampak negatif dari perjudian. Selain itu, keterlibatan figur publik dalam promosi judi dapat membuat aktivitas ini terlihat lebih aman dan dapat diterima secara sosial. Ini dapat mengurangi stigma yang mungkin sebelumnya terkait dengan perjudian dan membuat orang lebih cenderung untuk mencobanya tanpa mempertimbangkan risiko dengan cermat.

Efek normalisasi ini dapat sangat berpengaruh, terutama pada kelompok rentan seperti remaja atau individu yang mencari cara cepat untuk meningkatkan status finansial mereka. Mereka mungkin melihat judi

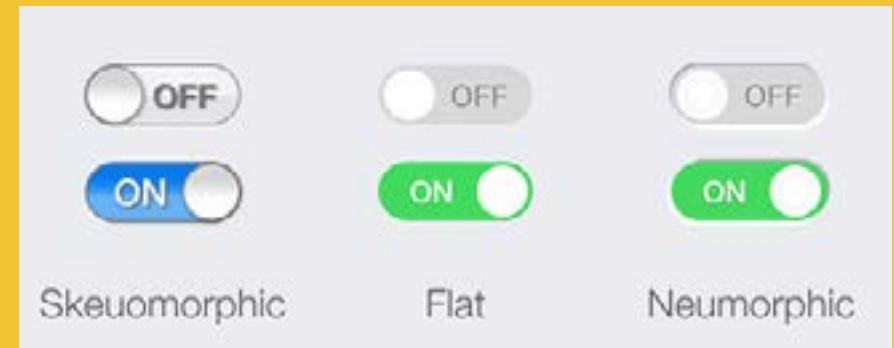
sebagai jalan pintas menuju gaya hidup yang mereka idamkan, tanpa sepenuhnya memahami risiko yang terlibat. Dampak psikologis termasuk kecanduan, penurunan aktivitas fisik, pengabaian tanggung jawab pribadi, dan masalah kesehatan mental, karena orang dewasa muda menghabiskan waktu yang berlebihan untuk berjudi (Budiman dkk 2022).

Kedua faktor ini - tekanan sosial dan normalisasi judi - bekerja sama untuk menciptakan lingkungan di mana judi tidak hanya diterima, tetapi bahkan mungkin didorong. Hal ini menyoroti pentingnya pendidikan publik tentang risiko perjudian dan perlunya regulasi yang tepat untuk perjudian. Selain itu, ini juga menunjukkan perlunya pengembangan keterampilan berpikir kritis dan resistensi terhadap tekanan sosial, terutama di kalangan kelompok yang rentan terhadap pengaruh ini.

2.6 Pengaruh Lingkungan Digital

Lingkungan digital disini dimaknai sebagai antarmuka pengguna/*user interface* (UI) dan pengalaman pengguna/*user experience* (UX) dalam *platform* judi *online*. Kedua elemen ini memainkan peran krusial dalam menarik dan mempertahankan pemain. Desain yang efektif tidak hanya membuat *platform* lebih menarik secara visual, tetapi juga meningkatkan kemudahan penggunaan dan aksesibilitas, yang pada gilirannya dapat mendorong penggunaan yang lebih sering dan lebih lama. Elemen-elemen desain seperti skema warna yang menarik, animasi yang halus, dan tata letak yang intuitif dapat menciptakan pengalaman yang menyenangkan dan mengasyikkan bagi pengguna. Hal ini dapat meningkatkan perasaan senang dan kegembiraan yang terkait dengan aktivitas berjudi, mendorong pengguna untuk menghabiskan lebih banyak waktu di *platform* (Alizadehgoradel dkk 2023).

Selain itu, navigasi yang mudah dan proses yang mudah dan cepat untuk melakukan deposit, menempatkan taruhan, dan menarik kemenangan dapat mengurangi hambatan untuk berpartisipasi dalam perjudian. Semakin mudah seseorang dapat melakukan transaksi, semakin besar kemungkinan mereka akan melakukannya secara berulang.



Contoh desain skeuomorphic (Sumber | tribunnewswiki.com)

Desain *platform* judi *online*, yang sering mencakup fitur sosial dan pembaruan *real-time*, dapat meningkatkan FOMO dengan menciptakan rasa urgensi dan persaingan di antara pengguna. Hal ini dapat menyebabkan peningkatan frekuensi dan intensitas perjudian karena pengguna berusaha untuk mengikuti rekan-rekan atau peluang yang dirasakan (Gainsbury, 2015). *Platform* judi *online* menggunakan elemen desain skeuomorphic untuk meningkatkan ilusi pemain tentang kontrol atas hasil, yang pada gilirannya mempengaruhi perilaku taruhan mereka. Fenomena ini menyoroti pentingnya memahami faktor psikologis dalam perilaku perjudian, serta perlunya intervensi efektif yang dapat mengurangi risiko ini (Meng & Leary, 2021).

Fitur-fitur seperti *'one-click betting'* atau opsi *'bet again'* yang mudah diakses dapat mendorong pemain untuk membuat keputusan cepat tanpa banyak pertimbangan, yang dapat meningkatkan frekuensi dan jumlah taruhan. Demikian pula, tampilan saldo akun yang selalu terlihat dan akses cepat ke opsi deposit dapat mendorong pemain untuk terus menambah dana mereka (Cemiloglu, 2023). Desain UI/UX yang efektif juga dapat memanipulasi persepsi waktu pengguna, membuat mereka kurang sadar akan berapa lama mereka telah bermain. Strategi manipulatif ini secara signifikan berdampak pada konsumen rata-rata dan rentan, menghasilkan pengambilan keputusan yang tidak konsisten dan peningkatan kemungkinan bermain yang berkelanjutan (Bogliacino dkk, 2023).

Notifikasi dan pengingat adalah alat yang sangat kuat dalam menjaga keterlibatan pengguna dengan *platform* judi *online*. Notifikasi dapat mengambil berbagai bentuk, termasuk pemberitahuan *push* di ponsel, *email*, atau pesan teks. Mereka dapat digunakan untuk menginformasikan pemain tentang berbagai hal seperti promosi baru, peluang taruhan yang menarik, atau acara olahraga yang akan datang (Cemiloglu, 2023). *Platform* judi *online* sering menggunakan notifikasi hadiah, seperti bonus dan *jackpot*, untuk menciptakan rasa kegembiraan dan antusiasme, mendorong pengguna untuk terus bermain. Selain itu, mereka dapat mengaburkan arah, memusatkan perhatian pengguna pada kemenangan sambil meremehkan kerugian, sehingga menumbuhkan ilusi kontrol dan meningkatkan keterlibatan. Strategi semacam itu mengeksploitasi bias kognitif, sehingga sulit bagi pengguna untuk mengenali risiko yang terlibat (Handelman, 2009).

Kedua faktor ini - desain UI/UX yang menarik dan penggunaan notifikasi serta pengingat yang efektif - bekerja sama untuk menciptakan lingkungan digital yang sangat interaktif dan berpotensi adiktif.

Mereka memanfaatkan prinsip-prinsip psikologi dan desain untuk memaksimalkan keterlibatan pengguna, yang dapat meningkatkan frekuensi dan durasi perjudian. Efektivitas fitur tersebut bervariasi, tetapi umumnya mengarah pada peningkatan aktivitas perjudian di antara pengguna yang tidak menerima umpan balik tersebut, menyoroti potensi manipulatif dari pesan yang dipersonalisasi (Auer & Griffiths, 2016).

2.7 Strategi Psikologis untuk Mengatasi Kecanduan

Intervensi psikologis *online*, seperti *mindfulness* dan terapi perilaku kognitif atau *cognitive behavior therapy* (CBT), menunjukkan harapan dalam mengatasi masalah judi *online*. Intervensi ini memanfaatkan aksesibilitas dan kenyamanan internet untuk menjangkau individu yang mungkin tidak mencari bantuan. Namun, tantangan seperti kepatuhan dan efektivitas jangka panjang tetap ada.

Melatih kesadaran diri dapat membantu individu mengenali pemicu dan pola pikir yang mendorong mereka untuk berjudi. Intervensi *mindfulness* telah menunjukkan harapan dalam mengurangi gejala kecanduan judi *online*. Seperti intervensi *mindfulness meditation* (MM) yang efektif dalam mengurangi gangguan dengan kesamaan perilaku dengan kecanduan judi *online*. Studi dari Ni dkk (2024) menunjukkan bahwa MM secara signifikan menurunkan keparahan kecanduan dan hasrat bermain *game* dibandingkan dengan relaksasi otot progresif, menunjukkan potensi penerapannya pada kecanduan judi *online*. Dengan melakukan intervensi psikologis ini menunjukkan bahwa *mindfulness* dapat secara efektif mengatasi aspek kognitif dan emosional, dan restrukturisasi saraf dari kecanduan judi (Maynard dkk 2018, Li dkk 2018, dan Xu dkk 2024).

Sebuah studi percontohan dari Díaz-Sanahuja dkk (2024) menunjukkan kelayakan program terapi CBT *online* untuk masalah terkait perjudian dirasakan bermanfaat. Namun, tantangan dalam jangkauan dan kepatuhan dicatat, menunjukkan area untuk perbaikan dalam uji coba di masa depan. Studi lain menyoroti kegunaan intervensi CBT *online* berbasis kesadaran untuk gangguan permainan internet, menunjukkan potensi penerapan untuk masalah perjudian. Intervensi diterima dengan baik, meskipun gamifikasi tidak secara signifikan meningkatkan motivasi (Reichrath & Pietrowsky, 2022). Terapi CBT ini membantu mengubah pola pikir negatif dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih sehat dan realistis. Intervensi CBT juga dapat mengurangi keparahan dan frekuensi gejala dalam jangka pendek. Namun, efektivitas jangka panjang tetap tidak pasti karena kurangnya uji coba terkontrol (Park dkk, 2022).

Mencari dukungan dari teman, keluarga, atau kelompok dukungan bisa memberikan kekuatan emosional dan mental yang diperlukan untuk mengatasi kecanduan. Dukungan keluarga yang dirasakan dapat memoderasi efek iklan perjudian pada remaja, menunjukkan bahwa lingkungan keluarga yang mendukung dapat menahan daya tarik promosi perjudian. Dukungan keluarga yang dirasakan dapat meningkatkan ketahanan terhadap daya tarik perjudian, mendorong komunikasi terbuka tentang risiko dan mempromosikan perilaku sehat. Selain itu, dukungan masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang mencegah partisipasi perjudian, memperkuat norma-norma sosial yang positif. Bersama-sama, sistem pendukung ini dapat menyangga efek negatif dari paparan perjudian, yang pada akhirnya mengurangi kemungkinan perilaku perjudian remaja (Parrado-González & León-Jariego, 2020).

2.8 Kesimpulan

Psikologi di balik judi *online* sangat kompleks, melibatkan berbagai faktor yang saling berinteraksi, termasuk desain UI/UX *platform* yang memikat dengan warna cerah, animasi memukau, dan desain *skeuomorphic*. Antarmuka intuitif dan notifikasi yang teratur memanipulasi dopamin otak, mendorong perilaku kompulsif. Memahami mekanisme ini adalah langkah awal untuk mengatasi kecanduan judi. Dengan pengetahuan yang tepat, strategi psikologis yang efektif seperti terapi CBT dan praktik *mindfulness*, serta dukungan sosial yang kuat, terutama dari keluarga, individu bisa membebaskan diri dari jerat judi. Keluarga berperan penting dalam proses pemulihan, menyediakan lingkungan yang mendukung dan bebas dari stigma. Melalui kombinasi terapi profesional, teknik relaksasi, dan sistem dukungan yang solid, orang yang berjuang dengan kecanduan judi dapat mengatasi dorongan mereka dan menjalani hidup yang lebih sehat dan produktif. Pencegahan terhadap sebaran dan kecanduan judi *online* pun menjadi kegiatan yang perlu dipahami dan diterapkan. Di Bab berikutnya, akan dibahas terkait strategi pencegahan yang perlu dilakukan bersama.

BAB 03

Strategi Pencegahan Judi Online



3.1 Pengantar

“Mencegah lebih baik daripada mengobati” tepat menjadi pembahasan bab ini. Pencegahan adalah langkah kunci dalam mengatasi masalah judi *online*. Dengan menerapkan strategi yang tepat, individu dan masyarakat dapat mengurangi risiko kecanduan judi dan dampak negatif yang ditimbulkannya. Strategi ini mencakup edukasi tentang bahaya judi, pengembangan keterampilan manajemen keuangan, dan peningkatan kesadaran akan tanda-tanda awal kecanduan. Selain itu, pembatasan akses ke *platform* judi *online* melalui perangkat lunak pemblokiran dan regulasi yang lebih ketat terhadap iklan judi dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih kondusif untuk mencegah perkembangan perilaku judi.

Bab ini akan membahas berbagai strategi pencegahan yang efektif, baik untuk individu, keluarga, maupun komunitas. Fokus akan diberikan pada pentingnya membangun sistem dukungan yang kuat, termasuk peran keluarga dan teman dalam mengenali dan merespon tanda-tanda awal masalah judi. Selain itu, akan dibahas juga pentingnya mengembangkan hobi dan kegiatan alternatif yang dapat memberikan kepuasan emosional dan sosial tanpa risiko kecanduan. Akhirnya, bab ini akan menekankan peran penting kebijakan publik dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pencegahan kecanduan judi *online*.

3.2 Edukasi & Kesadaran

Program pendidikan memainkan peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku individu terhadap judi *online*. Program-program ini bertujuan untuk mengurangi niat perjudian, dan mengurangi konsekuensi negatif yang terkait dengan perjudian. Efektivitas program ini dapat bervariasi berdasarkan desain, waktu, dan target audiens.

Kampanye kesadaran melalui media sosial, iklan, dan acara komunitas dapat meningkatkan pemahaman tentang bahaya judi *online*. Kampanye program-program ini sering mempromosikan pemikiran kritis tentang iklan perjudian, dan mendorong individu untuk mengenali tanda-tanda perilaku perjudian yang bermasalah. Dengan menumbuhkan pemahaman yang lebih baik tentang potensi bahaya, intervensi semacam itu dapat mengarah pada pengambilan keputusan yang lebih terinformasi dan berpotensi mengurangi prevalensi perilaku perjudian berbahaya di antara peserta (Forsström dkk 2021).

Kampanye edukatif, seperti video “*Don’t Bet On It*” dari NCAA (The National Collegiate Athletic Association) di Amerika Serikat sejak 2008, dapat secara moderat mengubah sikap dan perilaku perjudian di antara individu, terutama atlet perguruan tinggi. Studi ini menemukan bahwa peserta yang melihat video pendidikan melaporkan kejadian sikap dan perilaku pro-perjudian yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak menerima intervensi. Ini menunjukkan bahwa inisiatif pendidikan yang ditargetkan dapat secara efektif mengatasi dan berpotensi mengurangi perilaku perjudian berisiko dengan meningkatkan kesadaran akan risiko dan konsekuensi yang terkait dengan perjudian, sehingga mempromosikan sikap yang lebih sehat di antara para peserta (Mowrer dkk 2016).



Video Kampanye That's A Timeout on Betting dari NCCA (Sumber | NCCA)

Menurut studi dari Valverde & Yurrebaso (2021) program “*Apuesta Por tu Vida*” atau “Bertaruh Kehidupan Kamu” mencontohkan intervensi yang dirancang untuk mencegah kecanduan judi *online*, terutama di kalangan remaja di Spanyol. Program ini menggabungkan strategi untuk meregulasi emosional, dan pencegahan kambuh, memanfaatkan teknik seperti *mindfulness*. Selain itu, melibatkan anggota keluarga untuk mengatasi faktor risiko yang terkait dengan judi *online*, sehingga mempromosikan pendekatan komprehensif untuk pencegahan.

3.3 Regulasi dan Kebijakan Pemerintah

Pemerintah memiliki peran penting dalam pencegahan judi *online* melalui regulasi dan kebijakan yang ketat. Pendekatan regulasi untuk mencegah judi *online* bervariasi di seluruh negara. Misalnya, beberapa negara menerapkan larangan komprehensif pada judi *online*, sementara yang lain mengizinkannya di bawah kondisi yang dikontrol ketat, mengharuskan operator untuk mendapatkan lisensi yang memastikan kepatuhan terhadap hukum setempat.

Selain itu menurut Pitnava (2022) negara-negara dapat menerapkan langkah-langkah seperti memblokir akses ke situs perjudian dan menjatuhkan hukuman pada operator dan pemain yang terlibat dalam kegiatan judi *online*.



Sumber | Kompas.com

Korban-korban judi *online* tersebut terus berjatuh. Angka-angka jumlah korban akibat judi *online* seharusnya menjadi alarm untuk kita semakin waspada. Lagi-lagi, semua pihak harus bahu membahu memutus rantai candu dan keluar dari labirin judi *online*. Judi *online*, seperti yang telah disebutkan sebelumnya, merupakan permainan yang diatur. Ada sebuah algoritma yang diatur untuk membuat pemain merasakan kemenangan, tetapi pada akhirnya akan kalah juga. Para pemain harus bisa sadar dan memutus mata rantai kecanduan dan keluar dari labirin judi *online*.

Indonesia menerapkan strategi multi-segi untuk memerangi perjudian *online* yang melibatkan kerja sama antara pemerintah, polisi, dan lembaga hukum. Ini termasuk memblokir konten dan aplikasi terkait perjudian, dan menegakkan undang-undang seperti Undang-Undang Nomor 19 tahun 2016, yang menargetkan distribusi konten perjudian secara *online*. Kebijakan publik dalam melawan perjudian *online* di Indonesia telah menyebabkan upaya kolaboratif antara pemerintah dan polisi untuk memberantas aplikasi perjudian *online*, yang meliputi pemblokiran konten dan mengambil tindakan hukum terhadap pelanggar.

Kerja sama ini bertujuan untuk secara signifikan mengurangi kehadiran perjudian *online* di masyarakat. Penerapan undang-undang, seperti UU Nomor 19 tahun 2016, telah menetapkan kerangka hukum untuk menangani perjudian *online*, memungkinkan hukuman serius terhadap mereka yang mendistribusikan konten perjudian secara elektronik.

3.4 Perlindungan Masyarakat

Melindungi masyarakat dari judi *online* di Indonesia melibatkan pendekatan multifaset yang mencakup kerangka hukum, strategi kepolisian, dan langkah-langkah perlindungan konsumen. Pemerintah Indonesia, bersama dengan penegak hukum dan pemangku kepentingan lainnya, telah menerapkan berbagai kebijakan dan strategi untuk mengatasi tantangan yang ditimbulkan oleh judi *online*. Undang-Undang Perlindungan Konsumen, seperti Undang-Undang No. 8 tahun 1999, menguraikan tanggung jawab penyedia layanan *online*, termasuk penyedia *game online*, untuk memberi kompensasi kepada konsumen atas kerusakan yang diderita karena layanan mereka.

Perlindungan masyarakat dari perjudian *online* di Indonesia ditangani melalui kombinasi kerangka hukum dan tindakan penegakan hukum. Pemerintah bekerja sama dengan polisi untuk memblokir konten dan aplikasi terkait perjudian, sementara undang-undang seperti UU Nomor 19 tahun 2016 menjatuhkan hukuman berat pada mereka yang mendistribusikan konten perjudian. UU ini juga menetapkan kerangka hukum untuk menangani perjudian *online*, memungkinkan hukuman serius terhadap mereka yang mendistribusikan konten perjudian secara elektronik. Ini termasuk tindakan pidana, seperti penjara dan denda, dan tindakan non-pidana yang berfokus pada pencegahan dan pemberdayaan masyarakat (Hendarto & Handayani, 2024, dan Wibowo & Sebyar, 2024).

3.5 Dukungan Keluarga & Komunitas

Keluarga dan komunitas memainkan peran penting dalam pencegahan kecanduan judi. Dukungan keluarga yang dirasakan dapat memoderasi efek iklan perjudian pada remaja, menunjukkan bahwa lingkungan keluarga yang mendukung dapat menahan daya tarik promosi perjudian (Parrado-González & León-Jariego, 2020). Namun efektivitasnya dapat dibatasi oleh faktor-faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya dan sifat komunitas *online* yang meresap.

Hal ini sejalan dengan hasil studi Susanti (2021) bahwa di masyarakat pedesaan, langkah-langkah pengendalian sosial seperti kampanye kesadaran publik dan penegakan masyarakat dapat membantu mengurangi dampak perjudian *online*. Namun, upaya ini sering terhambat oleh ikatan kekerabatan dan stigma sosial, menyoroti perlunya pemimpin masyarakat untuk menumbuhkan kesadaran dan dukungan hukum.

Membentuk grup dukungan di komunitas untuk membantu mereka yang berjuang dengan masalah judi. Dengan mengintegrasikan inisiatif berbasis komunitas yang memanfaatkan jejaring sosial dapat meningkatkan sistem dukungan sebaya, mendorong diskusi terbuka tentang risiko perjudian dan menumbuhkan akuntabilitas di antara pengguna. Melibatkan berbagai kelompok budaya dan etnis dalam pengembangan program-program ini memastikan bahwa berbagai faktor risiko dan keyakinan ditangani, mendorong strategi pencegahan yang lebih komprehensif. (Dickson-Gillespie dkk 2008). Maka dukungan keluarga dan komunitas memainkan peran penting dalam mencegah perjudian *online*. Dukungan ini dapat mengurangi transisi dari rekreasi ke perjudian dan mengurangi dampak komunitas *online* yang dapat mendorong kebiasaan berjudi.

3.6 Teknologi dan Inovasi

Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) atau sekarang dikenal sebagai Kementerian Komunikasi dan Digital (Komdigi) Republik Indonesia telah menunjukkan komitmen kuat dalam memerangi penyebaran judi *online*. Hingga September 2024, Komdigi berhasil memblokir sekitar 4,3 juta konten yang mengandung promosi judi *online*. Upaya ini merupakan kelanjutan dari tindakan tegas yang telah dimulai sejak tahun 2018, di mana total 846.047 konten judi *online* telah diblokir atau di-*take down*. Komdigi mengkonfirmasi bahwa jumlah pelaku pemain judi *online* telah mengalami penurunan cukup drastis. Meski demikian belumlah cukup dengan upaya yang dilakukan Komdigi saat ini.

Intensitas pemblokiran semakin meningkat, terbukti dari data tahun 2024 yang menunjukkan bahwa dalam periode Juli 2023 hingga Juni 2024 saja, Komdigi telah memblokir 2.945.150 konten judi *online*. Angka-angka ini mencerminkan besarnya tantangan dalam mengendalikan penyebaran judi *online* di Indonesia dan pentingnya upaya berkelanjutan dari pihak berwenang.



Sumber | [RRI.co.id](https://rri.co.id)

Temuan dari studi Egerer & Marionneau (2023) menunjukkan bahwa efektivitas tindakan pemblokiran sangat tergantung pada implementasinya. Tanpa implementasi yang tepat, pemblokiran mungkin menjadi alat yang tidak memadai dan kurang efektif. Sementara memblokir akses ke situs perjudian mungkin merupakan strategi yang berguna, ulasan menunjukkan bahwa berbagai *Behavioral Change Technique* (BCT) atau teknik perubahan perilaku dilakukan untuk meningkatkan efektivitas aplikasi mencegah perjudian *online*. Studi dari St Quinton & Morris (2021) di Amerika Serikat mengidentifikasi total 40 aplikasi pencegahan perjudian yang memenuhi kriteria inklusi, dengan 12 aplikasi dari Apple App Store dan 28 dari Google Play. Analisis mengungkapkan bahwa aplikasi ini mencakup total 32 BCT yang berbeda.

3.7 Peran Media

Media dapat menyediakan konten edukatif tentang risiko dan pencegahan judi *online* melalui artikel, video, dan *podcast*. Kampanye media massa dan materi pendidikan dapat secara efektif menginformasikan kaum muda tentang efek kesehatan negatif dari perjudian *online*. Menerapkan pesan bahaya di lokasi yang menonjol, seperti ruang publik, meningkatkan visibilitas dan kesadaran. Selain itu, kampanye dapat memanfaatkan berbagai *platform*, termasuk media sosial, radio, dan poster fisik, untuk menjangkau khalayak yang lebih luas. Situs web informasi yang menghubungkan ke layanan perawatan dapat lebih mendukung upaya pencegahan. Secara keseluruhan, pendekatan komprehensif yang menggabungkan pendidikan dan kesadaran sangat penting untuk mengurangi keterlibatan kaum muda dalam perjudian *online* (Shi dkk 2021).

3.8 Kesimpulan

Pencegahan judi *online* memerlukan pendekatan yang komprehensif dan kolaboratif, melibatkan berbagai aspek masyarakat. Edukasi tentang bahaya judi *online* harus menjadi prioritas, dimulai dari sekolah hingga kampanye publik. Regulasi yang ketat, termasuk pemblokiran *platform* judi *online* oleh pemerintah, sangat penting untuk membatasi akses. Inovasi teknologi juga berperan penting, dengan pengembangan aplikasi yang dapat mencegah akses ke situs judi *online* dan membantu individu mengelola keuangan mereka dengan lebih baik.

Dukungan keluarga dan komunitas sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang anti judi. Media memiliki tanggung jawab besar dalam mencegah penyebaran iklan judi *online* dan mempromosikan gaya hidup bebas judi. Dengan menggabungkan semua elemen ini - edukasi, regulasi, teknologi, dukungan sosial, dan peran media yang bertanggung jawab - kita dapat menciptakan strategi pencegahan yang efektif. Upaya kolektif ini dapat secara signifikan mengurangi risiko kecanduan judi dan membantu individu menjalani hidup yang lebih sehat, produktif, dan bebas dari dampak negatif judi *online*.

BAB

04

Metode Intervensi untuk Mengatasi Kecanduan Judi Online

4.1 Pengantar

Kecanduan judi *online* telah menjadi epidemi tersembunyi di era digital, merusak kehidupan individu dan keluarga dengan dampak yang meluas. Masalah ini memerlukan intervensi segera dan tepat, mengingat cepatnya perkembangan *platform* judi *online* dan kemudahan aksesnya. Bab 4 ini akan membahas berbagai metode intervensi yang telah terbukti efektif dalam membantu individu mengatasi kecanduan judi *online*.

Bab ini akan mengeksplorasi pendekatan multi-dimensi, mulai dari intervensi medis yang melibatkan pengobatan farmakologis untuk mengatasi gejala kecanduan, hingga pendekatan psikologis seperti terapi perilaku kognitif (CBT) dan terapi motivasi. Selain itu, ada juga peran penting dukungan komunitas, termasuk kelompok dukungan sebaya dan program rehabilitasi residensial. Dengan memahami dan menerapkan kombinasi metode intervensi ini, ada harapan dan jalan pemulihan bagi mereka yang berjuang melawan kecanduan judi *online*.

4.2 Pendekatan Medis

Pendekatan medis seringkali diperlukan untuk mengatasi kecanduan judi yang parah. Salah satu pendekatan medis yang biasa digunakan adalah EGM (*Electronic Gaming Machine*) memiliki implikasi terhadap profil risiko dari beragam dugaan kecanduan perilaku lainnya. Pendekatan ini juga menawarkan jalan untuk meningkatkan perawatan neurologis, farmakologis, dan psikologis untuk gangguan perjudian, serta strategi untuk pengurangan bahaya dalam desain EGM (Zack dkk 2020).

Selain itu ada juga pendekatan transcranial Direct - Current Stimulation (tDCS) atau stimulasi arus searah transkranial untuk menstimulasi otak secara non-invasif yang melibatkan penerapan arus listrik rendah ke kulit kepala untuk memodulasi aktivitas saraf. Protokol intensif ini bertujuan untuk memperbaiki gejala gangguan perjudian, impulsif, depresi, dan kecemasan (Alizadehgorade dkk 2023).

4.3 Intervensi Psikologis

Program rehabilitasi untuk kecanduan judi *online* berfokus pada aspek psikologis dan sosial dengan menggabungkan terapi perilaku kognitif dan terapi peningkatan motivasi, yang mengatasi pola pikir maladaptif dan meningkatkan motivasi untuk perubahan. Program-program ini sering mencakup terapi kelompok untuk mendorong dukungan sosial dan pengalaman bersama. Selain itu, intervensi disesuaikan dengan kebutuhan individu, dengan mempertimbangkan faktor-faktor seperti gangguan kejiwaan komorbid. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menyempurnakan pendekatan ini untuk populasi tertentu (Echeburúa & Amor, 2021).

Walau studi Baumeister dkk (2017) tidak secara khusus membahas program rehabilitasi untuk kecanduan judi *online*, namun, ini menyoroti potensi intervensi berbasis internet dan seluler (IMI) untuk mengoptimalkan diagnostik dan perawatan psikososial dalam rehabilitasi medis, yang dapat disesuaikan untuk berbagai masalah, termasuk kecanduan judi. IMI dapat memberikan dukungan yang disesuaikan, meningkatkan kontinuitas pengobatan, dan memfasilitasi strategi swadaya, dengan fokus pada dimensi psikologis dan sosial kecanduan.

Pendekatan psikologis memainkan peran penting dalam membantu individu mengatasi kecanduan judi *online* terutama dengan program rehabilitasi. Program rehabilitasi untuk kecanduan judi *online* berfokus pada merekonstruksi kepribadian individu. Program-program ini memfasilitasi transformasi nilai, mempromosikan pengembangan diri dan penerimaan diri sambil mengurangi menyalahkan diri sendiri.

Dalam pendekatan psikologis program rehabilitasi untuk kecanduan judi *online*, aspek psikologis dan sosial biasanya digabungkan dengan memanfaatkan terapi perilaku kognitif (*Cognitive Behavior Therapy*, CBT) untuk mengatasi emosi negatif dan distorsi kognitif yang terkait dengan perjudian. Studi dari Charonitaki dkk (2020) juga menekankan sistem dukungan sosial, mendorong partisipasi dalam kelompok pendukung untuk menumbuhkan koneksi masyarakat dan mengurangi isolasi.

4.4 Dukungan Komunitas dan Institusi

Komunitas dan institusi memiliki peran penting dalam mendukung individu yang berjuang dengan kecanduan judi *online*. Beberapa komunitas dan gerakannya seringkali giat dalam mencegah judi *online* dengan teknik dan kampanye mereka sendiri. Berikut adalah komunitas, organisasi, atau lembaga di tingkat nasional dan lokal:

1. Masyarakat Informasi & Teknologi (MIT)

MIT sering mengadakan diskusi dan seminar untuk meningkatkan literasi digital dan memberikan edukasi tentang bahaya judi *online*. Mereka juga mengembangkan *platform online* interaktif yang memungkinkan masyarakat untuk belajar tentang keamanan digital secara mandiri. Selain itu, MIT aktif berkolaborasi dengan sekolah-sekolah untuk mengintegrasikan materi tentang bahaya judi *online* ke dalam kurikulum pendidikan teknologi informasi.

2. Kementerian Komunikasi dan Digital (KOMDIGI)

Kementerian Komunikasi dan Digital bekerja sama dengan berbagai komunitas dan asosiasi untuk memberantas judi *online*. Mereka juga meluncurkan program literasi digital untuk mencegah masyarakat ikut judi *online*. KOMDIGI secara aktif mengembangkan teknologi pemblokiran untuk mengatasi situs judi *online* yang terus bermunculan.

3. Bank Indonesia (BI) dan Otoritas Jasa Keuangan (OJK)

Kedua lembaga ini bekerja sama dengan KOMDIGI untuk membentuk satuan tugas (satgas) yang berupaya memberantas judi *online*. BI dan OJK juga secara aktif melakukan penelitian tentang pola transaksi keuangan yang terkait dengan judi *online* untuk mengembangkan sistem deteksi dini yang lebih efektif. Mereka juga menyelenggarakan pelatihan rutin untuk staf bank dan lembaga keuangan lainnya tentang cara mengenali dan melaporkan transaksi yang mencurigakan terkait judi *online*.

4.5 Pemblokiran Konten Judi Online di Internet

Pemerintah melalui Kementerian Komunikasi dan Digital secara aktif melakukan pengendalian konten negatif termasuk konten perjudian di internet. Komdigi memiliki sistem pemantauan proaktif untuk penanganan konten internet bermuatan negatif. Sistem ini bekerja dengan cara mengais (*crawling*) dan mengklasifikasi konten, aplikasi, akun, atau situs yang melanggar hukum termasuk perjudian.

Hasil pemantauan ditindaklanjuti dengan penanganan berupa pemblokiran akses, penonaktifan konten, serta diteruskan ke instansi terkait. Pendeteksian konten negatif menggunakan mesin pengais konten negatif (Mesin AIS) yang mulai difungsikan pada Januari 2018. Mesin AIS menggunakan metode *keyword based search* berbasis *Artificial Intelligence* (AI). Sementara untuk pemblokiran, digunakan Trust+ yang berbasis *Domain Name Server* (DNS).

Pengisian data pemblokiran *domain* melalui sistem Responsive Policy Zone (RPZ) yang tersinkronkan dengan setiap Internet Service Provider (ISP). Sejalan dengan itu, Tim AIS juga menangani laporan dari kementerian/lembaga dan masyarakat tentang konten-konten negatif di ranah maya. Apabila terverifikasi melanggar hukum, maka eksekutor Tim AIS akan melakukan pemblokiran konten-konten tersebut, baik melalui sistem maupun berkoordinasi dengan penyelenggara *platform*.

4.6 Mengembangkan Rencana Pemulihan Pribadi

Intervensi mandiri secara *online* untuk masalah perjudian efektif dalam mencapai perubahan perilaku positif bagi individu yang enggan mengejar pilihan pengobatan tradisional. Bukti empiris menunjukkan bahwa intervensi ini dapat memberikan penyampaian sistematis terapi perilaku kognitif dan demonstrasi praktis untuk memperbaiki keyakinan yang salah tentang perjudian (Gainsbury & Blaszczynski, 2016). Studi dari Hodgins dkk (2013) bertujuan untuk mengevaluasi tingkat efektivitas intervensi *online* mandiri untuk penjudi bermasalah, membandingkan peserta yang mengakses Alat Perubahan Diri (Self-Check Test, SCT) dengan hanya menerima umpan balik yang dipersonalisasi dari *screener Check Your Gambling* (CYG).

Hipotesis utama adalah bahwa SCT akan menyebabkan pengurangan yang besar dalam perilaku perjudian. Data percontohan studi mereka menunjukkan penurunan pengeluaran perjudian di antara individu yang menggunakan program penilaian diri internet. Oleh sebab itu, rencana pemulihan pribadi bisa melakukan langkah-langkah berikut:

1. Mengenali situasi, emosi, atau pemikiran yang memicu keinginan untuk berjudi online.

Langkah pertama dalam mengatasi kecanduan judi *online* adalah mengidentifikasi pemicu yang mendorong seseorang untuk berjudi. Pemicu ini bisa berupa situasi tertentu seperti stres kerja, konflik hubungan, atau bahkan kebosanan yang memicu keinginan untuk melarikan diri ke dunia judi *online*. Dengan memahami pola pikir dan emosi yang mengarah pada perilaku berjudi, seseorang dapat lebih siap menghadapi dan mengelola dorongan tersebut sebelum bertindak.

2. Mengembangkan strategi untuk mengelola stres, seperti olahraga, meditasi, atau hobi

Mengelola stres secara efektif adalah kunci untuk mengurangi ketergantungan pada judi *online* sebagai pelarian. Aktivitas fisik seperti olahraga dapat membantu melepaskan endorfin, hormon yang meningkatkan suasana hati dan mengurangi stres. Meditasi dan teknik pernapasan dalam dapat meningkatkan kesadaran diri dan kemampuan untuk mengendalikan pikiran serta emosi negatif. Mengembangkan hobi baru atau menekuni kembali minat lama dapat memberikan kesenangan dan rasa pencapaian yang sebelumnya dicari melalui perjudian.

3. Menetapkan tujuan yang realistis untuk pemulihan

Menetapkan tujuan yang realistis dan terukur adalah langkah penting dalam proses pemulihan dari kecanduan judi *online* bisa berupa mengurangi frekuensi berjudi atau membatasi jumlah uang yang digunakan untuk berjudi hingga mencapai abstinensi total dari perjudian dan membangun kembali hubungan yang mungkin telah rusak akibat kecanduan. Penting untuk memecah tujuan-tujuan ini menjadi langkah-langkah kecil yang dapat dicapai, sehingga memberikan pencapaian kemajuan dan motivasi untuk terus maju.

4. Membangun jaringan dukungan yang kuat dari keluarga, teman, dan kelompok dukungan

Dukungan sosial yang kuat sangat penting dalam perjalanan pemulihan dari kecanduan judi *online*. Keluarga dan teman dapat memberikan dorongan emosional, bantuan praktis, dan akuntabilitas yang diperlukan untuk mengatasi tantangan pemulihan. Bergabung dengan kelompok dukungan dapat memberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan strategi dengan orang lain yang menghadapi perjuangan serupa. Membangun jaringan dukungan yang beragam ini tidak hanya membantu dalam pemulihan, tetapi juga dapat memperkuat keterampilan sosial dan emosional yang mungkin telah terabaikan selama masa kecanduan.

4.7 Menghadapi Kambuh

Mencegah kambuh ke judi *online* membutuhkan pendekatan multifaset yang menggabungkan intervensi psikologis, alat teknologi, dan strategi yang dipersonalisasi. Strategi pencegahan kambuh individual (*Relapse Prevention*, RP) telah terbukti efektif dalam mencegah kambuhnya masalah perjudian. Integrasi terapi perilaku kognitif (CBT) dengan metode inovatif seperti realitas virtual (VR) dan program berbasis kesadaran telah menunjukkan harapan dalam mengelola hasrat (Giordano dkk 2022). Program pencegahan kambuh berbasis kesadaran (MBRP) telah menunjukkan harapan, membantu individu mengelola pemicu seperti kebutuhan keuangan dan harapan untuk menang (O'Neill, 2017a). Selain itu, Proyek (Re) *Making Meaning* menawarkan pendekatan inovatif untuk mendukung pemulihan. Memahami pemicu unik untuk perjudian *online*, yang berbeda dari penggunaan narkoba, sangat penting untuk menerapkan strategi ini secara efektif. (O'Neill, 2017b).

Mengetahui tanda-tanda kambuh adalah keterampilan kritis dalam pemulihan jangka panjang dari kecanduan judi *online*. Tanda-tanda ini dapat bervariasi dari satu individu ke individu lainnya, tetapi sering kali meliputi peningkatan tingkat stres, kembalinya pola pikir negatif, atau munculnya fantasi tentang 'kemenangan besar' yang bisa mengubah hidup (Muller dkk 2017).

Dengan mempelajari dan mengenali tanda-tanda ini pada diri sendiri, seseorang dapat mengambil tindakan proaktif untuk mencegah kambuh sebelum dorongan untuk berjudi menjadi tak tertahankan. Mengembangkan strategi pencegahan kambuh yang efektif adalah komponen vital dalam mempertahankan pemulihan dari kecanduan judi *online*. Salah satu strategi kunci adalah menghindari situasi berisiko tinggi yang dapat memicu keinginan untuk berjudi, seperti menjauhi dari situs judi *online* atau memblokir akses ke situs perjudian di gawai (Snippe dkk 2019). Penting juga untuk memiliki rencana darurat yang melibatkan kontak cepat dengan pendukung yang dipercaya atau profesional kesehatan mental saat merasakan dorongan kuat untuk berjudi. Mengintegrasikan praktik-praktik seperti *mindfulness*, *journaling*, atau menghadiri pertemuan kelompok dukungan secara rutin dapat memperkuat ketahanan mental dan emosional terhadap godaan untuk berjudi kembali.

4.8 Kesimpulan

Intervensi yang efektif memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan aspek medis, psikologis, dan dukungan komunitas. Pemulihan pribadi dari kecanduan judi *online* adalah perjalanan yang kompleks, membutuhkan komitmen kuat dan strategi yang disesuaikan dengan kebutuhan individu. Layanan konseling, baik individual maupun kelompok, memainkan peran krusial dalam membantu individu mengatasi akar penyebab kecanduan mereka dan mengembangkan keterampilan yang sehat. Intervensi medis dan psikologis untuk kecanduan *online*, seperti terapi perilaku kognitif atau pengobatan untuk mengatasi gangguan *mood*, dapat memberikan fondasi yang kuat untuk pemulihan.

Mencegah kambuh adalah aspek integral dari proses pemulihan jangka panjang yang melibatkan identifikasi pemicu, pengembangan strategi pengelolaan stres, dan pembangunan jaringan dukungan yang kuat. Dengan menggunakan berbagai metode intervensi, individu dapat menemukan jalan keluar dari kecanduan judi dan membangun kembali kehidupan yang sehat dan seimbang. Pendekatan yang terintegrasi ini, menggabungkan dukungan profesional dengan sumber daya komunitas, memungkinkan individu untuk mengatasi tantangan pemulihan dengan lebih efektif.

Dukungan yang tepat dan berkelanjutan sangat penting untuk keberhasilan pemulihan jangka panjang. Ini meliputi akses berkelanjutan ke layanan konseling, partisipasi dalam kelompok dukungan, dan pemantauan kesehatan mental secara reguler. Penting untuk diingat bahwa pemulihan adalah proses yang berkelanjutan, dan fleksibilitas dalam pendekatan intervensi memungkinkan penyesuaian strategi seiring waktu. Dengan komitmen terhadap pemulihan pribadi, dukungan dari lingkungan sekitar, dan akses ke intervensi medis dan psikologis yang tepat, individu yang berjuang dengan kecanduan judi *online* dapat membangun fondasi yang kuat untuk kehidupan yang bebas dari kecanduan.

BAB 05

**Kisah Inspiratif:
Pemulihan
dari Kecanduan
Judi Online**

5.1 Pengantar

Cerita inspiratif tentang pemulihan dari kecanduan judi *online* dapat memberikan harapan dan motivasi bagi mereka yang masih berjuang. Dalam bab 5 ini, kita akan melihat beberapa kisah nyata dari individu yang berhasil mengatasi kecanduan judi dan bagaimana mereka membangun kembali kehidupan mereka.

5.2 Kisah Pertama: Deni Goler dari Yogyakarta



Sumber | [vice.com](https://www.vice.com)

Deni Goler, pemuda asal Yogyakarta, pernah terjebak dalam lingkaran kecanduan judi *online* selama dua tahun yang menguras hidupnya. Kecanduan ini tidak hanya merampas aset-asetnya, tapi juga memaksanya bekerja di kantor bandar untuk melunasi hutang yang menumpuk. Namun, di tengah kegelapan, Deni menemukan secercah harapan.

Suatu malam, saat ia duduk termenung di depan layar komputernya, Deni menyadari betapa jauh ia telah jatuh dalam jebakan judi *online*. Dengan tekad baja, ia memutuskan untuk mengubah hidupnya. Dimulai dengan mengakui kecanduannya kepada keluarga dan mencari bantuan profesional. Perjuangan Deni dalam memulihkan diri tidaklah mudah. Ia harus berjuang melawan godaan untuk kembali berjudi, sambil berusaha membangun kembali kepercayaan orang-orang terdekatnya. Deni bergabung dengan kelompok dukungan dan mulai menjalani terapi secara berkala agar lepas dari kecanduan judi *online*.

Perlahan tapi pasti, Deni mulai melihat perubahan positif dalam hidupnya. Ia menemukan kembali *passion* lamanya dalam fotografi dan mulai mengembangkannya sebagai sumber penghasilan baru. Dua tahun kemudian, Deni memutuskan untuk berhenti berjudi. Deni telah menjadi fotografer *freelance* yang sukses dan aktif berbagi pengalamannya untuk membantu orang lain yang masih berjuang melawan kecanduan judi *online*.

Kisah Deni menjadi inspirasi bagi banyak orang di Yogyakarta. Ia membuktikan bahwa dengan tekad kuat dan dukungan yang tepat, seseorang bisa bangkit dari keterpurukan dan membangun kembali hidup yang bermakna.

5.3 Kisah Kedua: Pekerja dari Bandung



Sumber | [detik.com](https://www.detik.com)

Seorang pria yang berstatus pekerja informal di Bandung mengaku pernah mengalami keterpurukan akibat kecanduan judi. Bermula dari ketertarikan terhadap judi *slot* yang dimainkan oleh temannya, hobi ini perlahan berubah menjadi obsesi yang menggerogoti hidupnya. Dalam waktu singkat, dia kehilangan ratusan juta rupiah, tabungan seumur hidupnya, dalam permainan judi yang tak berkesudahan.

Titik balik pria tersebut datang saat istrinya menghubunginya saat masih bekerja, mengatakan bahwa uang untuk belanja kebutuhan rumah dan anak telah habis. Dia hanya bisa terdiam karena gaji terakhirnya baru saja dia habiskan untuk berjudi. Saat itulah dia memutuskan untuk mengakhiri lingkaran setan ini.

Perlahan-lahan, dia mulai membangun kembali hidupnya. Dia mengaku sudah tiga bulan sejak terakhir dia menyentuh perjudian. Seluruh uang yang dia dapatkan langsung disetorkan kepada istrinya untuk memenuhi kebutuhan rumah. Dia pun berpesan kepada semua orang yang masih kecanduan judi agar segera berhenti demi kelangsungan hidup keluarga di masa depan.

5.4 Kisah Ketiga: AB, Pemuda dari Surabaya



Sumber | [jawapos.com](https://www.jawapos.com)

AB, seorang mahasiswa dari Surabaya, pernah terperangkap dalam dunia gelap judi *online* yang menggerogoti hidupnya. Awalnya hanya iseng mengikuti ajakan teman, AB tidak menyadari bahwa ia perlahan kecanduan. Sekolahnya terbelenggu, hubungan dengan keluarga renggang, dan tabungannya lenyap dalam sekejap.

Titik balik AB datang ketika ia nyaris dikeluarkan dari universitas karena prestasinya yang menurun. Dengan berat hati, ia menceritakan kepada orangtuanya. Melihat kondisi putra mereka, orangtua AB memutuskan untuk mengirimnya ke Pondok Pesantren Inabah di Surabaya untuk direhabilitasi.

Di Pondok Pesantren Inabah, AB menemukan dunia baru yang jauh dari kebisingan teknologi dan godaan judi *online*. Ia belajar mengenal dirinya kembali melalui pendekatan spiritual dan konseling. Para pengurus pondok dengan sabar membimbingnya, mengajarkan nilai-nilai kehidupan yang selama ini terlupakan.

Perlahan tapi pasti, AB mulai merasakan perubahan dalam dirinya. Ia kembali menemukan tujuan hidupnya dan bersemangat untuk memperbaiki diri. Setelah enam bulan menjalani rehabilitasi, AB kembali ke kampus dengan tekad baru yang lebih baik. AB sering berbagi pengalamannya sebagai bentuk edukasi dan peringatan bagi teman-temannya. Kisah AB menjadi bukti nyata bahwa dengan tekad kuat dan dukungan yang tepat, seseorang bisa bangkit dari keterpurukan akibat kecanduan judi *online*.

5.5 Kisah Keempat: Budi dari Jakarta



Sumber | [detik.com](https://www.detik.com)

Budi (bukan nama sebenarnya), seorang pria muda dari pinggiran Jakarta, pernah mengalami masa kelam akibat kecanduan judi *online* pada tahun 2019. Awalnya, Budi hanya mencoba-coba bermain judi *online* untuk mengisi waktu luang dan berharap bisa mendapatkan penghasilan tambahan. Namun, tanpa disadari, hobi iseng ini berubah menjadi kecanduan yang merusak hidupnya.

Dalam waktu singkat, Budi kehilangan segalanya. Tabungan hasil kerja kerasnya lenyap, barang-barang berharga terjual untuk modal berjudi, bahkan rumah sewanya hampir disita karena tunggakan pembayaran. Hubungan dengan keluarga dan teman-temannya pun menjadi renggang karena Budi sering berbohong dan meminjam uang untuk berjudi.

Titik balik Budi datang ketika ia nyaris kehilangan pekerjaannya karena sering bolos dan tidak fokus. Malam itu, Budi duduk sendirian di kamar kosnya yang nyaris kosong, menyadari betapa hancur hidupnya akibat judi *online*. Dengan tangan gemetar, ia menghubungi kakaknya dan untuk pertama kalinya, jujur tentang kondisinya.

Keluarga Budi, meski awalnya kecewa, memutuskan untuk mendukung proses pemulihannya. Mereka membantu Budi mencari konseling profesional dan bergabung dengan kelompok dukungan untuk pecandu judi. Proses pemulihan Budi tidaklah mudah. Ia harus berjuang melawan godaan untuk kembali berjudi, terutama saat menghadapi masalah finansial.

Namun, dengan tekad kuat dan dukungan keluarga, Budi perlahan bangkit. Ia mulai fokus pada pekerjaannya, bahkan mengambil kursus malam untuk meningkatkan keterampilannya. Kini, dua tahun setelah lepas dari judi *online*, Budi telah mendapatkan promosi di tempatnya bekerja dan aktif menjadi relawan di yayasan yang membantu para pecandu judi.

Kisah Budi menjadi inspirasi bagi banyak orang di komunitasnya. Ia membuktikan bahwa tidak ada kata terlambat untuk berubah dan memulai hidup baru yang lebih baik.

5.6 Pelajaran dari Kisah Pemulihan

Dari kisah-kisah inspiratif lepas dari jerat mematikan judi *online* tersebut, ada beberapa hikmah penting yang perlu dipahami yaitu:

1. Pengakuan dan kesadaran diri

Semua tokoh dalam kisah tersebut mencapai titik balik ketika mereka akhirnya mengakui masalah kecanduan mereka. Ini menunjukkan bahwa langkah pertama dan terpenting dalam pemulihan adalah kesadaran diri dan keberanian untuk mengakui masalah.

Pengakuan ini membuka pintu untuk mencari bantuan dan dukungan yang diperlukan.

2. Pentingnya dukungan keluarga dan komunitas

Dalam setiap kisah, dukungan dari keluarga, teman, atau komunitas memainkan peran krusial dalam proses pemulihan. Ini menekankan bahwa pemulihan dari kecanduan bukanlah perjalanan yang harus ditempuh sendirian. Dukungan emosional dan praktis dari orang-orang terdekat dapat memberikan kekuatan dan motivasi yang dibutuhkan untuk bertahan dalam masa-masa sulit.

3. Transformasi pribadi dan penemuan kembali tujuan hidup

Setiap tokoh dalam kisah-kisah tersebut tidak hanya berhenti berjudi, tetapi juga menemukan kembali *passion* atau tujuan hidup mereka. Ini menunjukkan bahwa pemulihan dari kecanduan bisa menjadi kesempatan untuk transformasi pribadi yang mendalam dan penemuan kembali makna hidup.

4. Kekuatan tekad dan ketekunan

Semua kisah menggambarkan perjuangan yang tidak mudah, tetapi dengan tekad kuat dan ketekunan, para tokoh berhasil mengatasi kecanduan mereka. Ini menegaskan bahwa pemulihan adalah proses yang membutuhkan komitmen jangka panjang dan ketekunan.

5. Kesempatan kedua dan harapan

Kisah-kisah ini memberikan pesan kuat tentang adanya kesempatan kedua dalam hidup. Mereka menginspirasi harapan bagi mereka yang mungkin sedang berjuang dengan kecanduan, menunjukkan bahwa perubahan positif selalu mungkin terjadi.

6. Pentingnya membangun kembali kepercayaan

Beberapa kisah menggambarkan proses membangun kembali kepercayaan dengan keluarga dan lingkungan. Ini mengingatkan bahwa pemulihan tidak hanya tentang berhenti berjudi, tetapi juga tentang memperbaiki hubungan yang mungkin telah rusak.

Hikmah-hikmah tersebut menekankan bahwa pemulihan dari kecanduan judi *online* adalah perjalanan menyeluruh yang melibatkan berbagai aspek kehidupan seseorang. Mereka juga memberikan harapan dan inspirasi bagi siapa pun yang mungkin sedang berjuang dengan kecanduan serupa.

5.7 Kesimpulan

Kisah inspiratif tentang pemulihan dari kecanduan judi *online* menunjukkan bahwa dengan bantuan yang tepat, dukungan, dan tekad kuat, seseorang bisa mengatasi kecanduan dan membangun kembali kehidupan yang lebih baik. Kisah-kisah ini memberikan harapan dan motivasi bagi mereka yang masih berjuang, serta mengingatkan kita semua tentang pentingnya dukungan dan pemahaman dalam menghadapi masalah kecanduan judi.

BAB

06

**Peran Pemerintah
dan Lembaga
dalam Menangani
Judi Online**

6.1 Pengantar

Pemerintah memiliki peran krusial dalam menangani masalah judi *online* yang semakin merajalela. Melalui regulasi yang ketat, kebijakan yang tepat, dan program-program khusus yang dirancang untuk menangani kecanduan judi, pemerintah membantu mencegah peningkatan angka kecanduan judi *online*. Selain itu, dukungan yang diberikan kepada individu yang terdampak sangat penting untuk memulihkan mereka secara emosional dan finansial. Bab ini akan membahas berbagai upaya yang dapat dilakukan oleh pemerintah, mulai dari edukasi publik, peningkatan pengawasan, hingga pemberian layanan konseling dan rehabilitasi sebagai langkah konkret untuk mengatasi masalah judi *online* yang semakin kompleks.

Untuk mencegah perjudian *online* secara efektif dan melindungi populasi yang rentan, pemerintah dapat menerapkan berbagai tindakan peraturan. Langkah-langkah ini termasuk pemeriksaan keterjangkauan, kerangka hukum, pemblokiran konten, dan kerja sama internasional. Setiap pendekatan memiliki serangkaian keunggulan dan tantangannya sendiri, yang perlu dipertimbangkan dengan cermat untuk memastikan perlindungan individu yang berisiko.

6.2 Regulasi dan Kebijakan

Regulasi dan kebijakan yang ketat adalah langkah pertama dalam mengontrol judi *online*. Pemerintah Indonesia menghadapi kesulitan dalam menegakkan undang-undang terhadap perjudian *online*, karena banyak *platform* yang di-host di luar negeri, memperumit masalah yurisdiksi (Sutiyoso, 2008). Perjudian *online* merupakan masalah signifikan yang dapat ditangani secara hukum berdasarkan Pasal 27 ayat (2) dan Pasal 45 ayat (2) UU Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik. UU ini memberikan dasar untuk menghukum individu yang terlibat dalam kegiatan perjudian *online*. Walaupun muncul kesulitan dalam penegakan hukum terhadap perjudian *online* karena ketergantungan pada peraturan yang sudah ketinggalan zaman.

Terlepas dari adanya undang-undang khusus yang mengatur mengenai perjudian *online*, lembaga penegak hukum sering menggunakan undang-undang yang lebih lama, yang mungkin tidak seefektif dalam mengatasi nuansa aktivitas perjudian berbasis internet (Manalu., 2019). Perkembangan terbaru dalam penyelesaian sengketa *online* (*Online Dispute Resolution*, ODR) menunjukkan jalur potensial untuk mengatasi konflik yang timbul dari perjudian *online*, meskipun mekanisme ini masih dalam masa perkembangan (Sitompul dkk, 2016). Perjudian *online* di Indonesia adalah ilegal, dengan upaya pemerintah yang signifikan untuk memeranginya karena dampak sosial dan ekonominya, termasuk kerugian finansial yang besar dan kegiatan kriminal terkait (Ainaiya dkk 2024).

Pemerintah Indonesia tidak mengimplementasikan sistem lisensi yang ketat bagi operator judi *online*. Sehingga operator judi tidak perlu mematuhi standar dan peraturan yang ditetapkan. Menurut Udi dkk (2024) perjudian *online* di Indonesia adalah ilegal berdasarkan Undang-Undang ITE, khususnya Pasal 27, yang melarang distribusi dan akses ke konten perjudian *online*, yang menimbulkan risiko sosial yang signifikan. Kemudian Pemerintah melalui Komdigi memblokir konten dan aplikasi dengan elemen perjudian adalah strategi yang digunakan untuk mengurangi proliferasi perjudian *online*. Ini dilengkapi dengan tindakan pidana, seperti denda dan penjara, untuk mencegah kegiatan perjudian (Permana dkk 2024).

6.3 Program Pencegahan

Indonesia sendiri belum ada program pencegahan formal yang dilakukan di aspek seperti pendidikan atau ekonomi. Namun studi sistematis dari Lozano & Rodríguez, (2022) menganalisis 15 program pencegahan kecanduan judi yang dilakukan di sekolah, melibatkan total 25.119 peserta, terutama siswa dengan usia rata-rata 14,15 tahun. Temuan menunjukkan bahwa 15 program tersebut menunjukkan hasil yang efektif dalam mengurangi masalah perjudian di antara peserta, meskipun mereka menunjukkan beberapa kekurangan metodologis. Studi mereka lebih menyoroti perlunya program untuk fokus pada hasil jangka panjang dan aspek emosional perjudian.

Studi lain menyoroti peningkatan yang signifikan dalam perjudian *online* di kalangan remaja Spanyol, terutama mereka yang berusia 14 hingga 18 tahun, dengan usia rata-rata sekitar 14,7 tahun untuk pengalaman pertama kali berjudi *online*. Studi membahas ketergantungan psikologis yang terkait dengan kecanduan judi yang menimbulkan keinginan yang tak tertahankan, kehilangan kendali. Modul ini juga menguraikan praktik dan program pendidikan yang diterapkan di sekolah yang bertujuan mencegah kecanduan judi *online* di kalangan remaja (Triguero & Lozano, 2021).

Studi *Personalized Normative Feedback* (PNF) mengidentifikasi sembilan studi yang menargetkan mahasiswa atau universitas, yang menggunakan strategi pencegahan selektif atau diindikasikan. Sebagian besar studi ini menggabungkan pendekatan PNF, yang umumnya menghasilkan hasil yang baik dalam mengurangi dan meminimalkan perilaku perjudian yang berisiko atau bermasalah di kalangan orang dewasa muda (Grande-Gosende dkk 2020). Intervensi berbasis Internet dapat disesuaikan untuk mendidik kaum muda tentang risiko yang terkait dengan perjudian dan menawarkan sumber daya untuk bantuan. Melibatkan orang dewasa muda melalui *platform online* di mana mereka aktif dapat meningkatkan efektivitas strategi pendidikan dalam mencegah masalah perjudian (Monaghan & Wood, 2010).

Menerapkan strategi berbasis bukti ini dapat secara efektif mengurangi bahaya terkait perjudian di lingkungan *online*. Namun tidak dengan apa yang terjadi di Indonesia. Program pencegahan pun bersifat edukatif dan tidak bersifat formal. Sehingga pemerintah Indonesia bisa mencontoh program pencegahan judi *online* yang formal dan efektif seperti negara di atas.

6.4 Dukungan dan Rehabilitasi

Dukungan dan program rehabilitasi sangat penting bagi individu yang telah terjebak dalam kecanduan judi. Program-program ini memberikan kesempatan bagi para pecandu untuk memahami akar masalah kecanduan mereka dan mengembangkan strategi untuk mengatasi dorongan berjudi. Selain itu, dukungan yang berkelanjutan membantu mencegah kambuh dan membangun kembali kehidupan yang sehat tanpa judi.

1. Menyediakan layanan konseling gratis atau subsidi bagi individu yang berjuang dengan kecanduan judi. Layanan konseling yang terjangkau memastikan bahwa bantuan profesional dapat diakses oleh semua orang, tanpa memandang status ekonomi mereka. Hal ini sangat penting mengingat banyak pecandu judi mungkin telah mengalami kerugian finansial yang signifikan dan mungkin tidak mampu membayar biaya konseling tanpa bantuan.
2. Mengembangkan program rehabilitasi yang komprehensif, termasuk terapi individu, terapi kelompok, dan dukungan keluarga. Program yang komprehensif memungkinkan pendekatan holistik terhadap pemulihan, menangani berbagai aspek kecanduan seseorang. Terapi individu membantu mengatasi masalah pribadi, sementara terapi kelompok dan dukungan keluarga menciptakan sistem dukungan yang kuat dan membantu memperbaiki hubungan yang mungkin telah rusak akibat kecanduan.
3. Menawarkan bantuan keuangan dan bimbingan bagi individu yang mengalami kesulitan finansial akibat kecanduan judi. Bantuan ini dapat mencakup konseling manajemen utang, perencanaan anggaran, dan dalam beberapa kasus, bantuan langsung untuk kebutuhan mendesak. Selain itu, bimbingan keuangan jangka panjang dapat membantu individu membangun kembali stabilitas finansial mereka dan menghindari situasi yang dapat memicu kambuhnya perilaku judi.

6.5 Kerja Sama Internasional

Kerja sama internasional diperlukan untuk menangani masalah judi *online* yang bersifat lintas batas. Kerja sama antar negara untuk mencegah judi *online* mencakup berbagai langkah dan program yang saling mendukung.

Membangun jaringan kerja sama internasional untuk bertukar informasi tentang operator judi dan praktik terbaik dalam regulasi adalah salah satu langkah untuk menangani masalah judi *online*. Organisasi internasional seperti CoE (*Council of Europe*) telah mengembangkan strategi dan opsi regulasi untuk mengurangi risiko dan kerusakan yang terkait dengan permainan dan perjudian *online*.

Jaringan ini memungkinkan negara-negara untuk berbagi data intelijen terkini tentang tren judi global dan metode yang digunakan oleh operator judi untuk menghindari deteksi. Selain itu, pertukaran informasi tentang praktik terbaik dalam regulasi dapat membantu negara-negara mengembangkan kerangka kerja yang lebih efektif untuk mengendalikan industri judi, sambil meminimalkan potensi bahaya bagi masyarakat.



Sumber | tempo.com

Seperti contoh di atas, bekerja sama dengan negara lain untuk menegakkan hukum terhadap operator judi ilegal yang beroperasi lintas negara. Pada Juni 2024, Indonesia dan Kamboja mengadakan pertemuan untuk membahas kerja sama dalam menghapus judi *online*. Delegasi dari Kementerian Koordinator Bidang Politik, Hukum, dan Keamanan Indonesia mengunjungi Kamboja untuk membahas upaya

bersama dalam *eradicating online gambling*. Kerja sama ini dapat melibatkan operasi penegakan hukum bersama, pertukaran bukti, dan ekstradisi pelaku kejahatan judi lintas batas. Upaya kolaboratif semacam ini sangat penting mengingat sifat global dari judi *online*, yang sering memanfaatkan celah yurisdiksi untuk menghindari konsekuensi hukum.

Perlunya strategi multifaset, kerangka peraturan yang kuat, intervensi teknologi canggih, dan kerja sama internasional untuk mengatasi kompleksitas perjudian, sebuah laporan penelitian kriminologi baru-baru ini menunjukkan.

Studi yang diterbitkan dalam *Journal of Economic Criminology* edisi Juni 2024 ini menyoroti kompleksitas dan tantangan dalam mendefinisikan dan memperkirakan pasar perjudian.

Dilakukan oleh peneliti Julien Chopin, Lucas Tosi Rodriguez, dan Stefano Caneppele dari University of Lausanne, Simon Fraser University, dan Laval University, tinjauannya mencakup literatur dari tahun 2000 hingga 2023.

Ada usulan untuk konvensi internasional yang akan memfasilitasi kerja sama antar negara dalam penerapan regulasi perjudian *online*. Konvensi ini akan memungkinkan negara-negara untuk tetap mempertahankan pendekatan hukum mereka sendiri sambil bekerja sama dalam penegakan hukum.

Standar global ini dapat mencakup praktik terbaik untuk verifikasi usia, deteksi kecurangan, dan perlindungan masyarakat terhadap judi *online*. Dengan mengadopsi standar yang seragam, negara-negara dapat menciptakan lingkungan regulasi yang lebih konsisten dan efektif untuk menanggulangi dampak judi.

6.6 Riset dan Pengembangan

Riset dan pengembangan memainkan peran penting dalam memahami dan mengatasi masalah judi *online*. Walaupun riset kolaboratif lembaga pemerintahan belum banyak dilakukan secara longitudinal, tapi beberapa negara dunia pernah melakukannya.

Di kelima negara yaitu Prancis, Italia, Jerman, Swiss dan Polandia, ada lebih banyak pria yang berpartisipasi dalam perjudian *online* daripada wanita. Orang-orang yang berpartisipasi dalam taruhan olahraga, taruhan pacuan kuda, poker, taruhan keuangan, dan taruhan *e-sports* lebih cenderung laki-laki. Orang dengan masalah terkait perjudian lebih mungkin berpartisipasi dalam kegiatan perjudian *online* selain lotere.

Di seluruh negara, ada tingkat prevalensi perjudian berisiko sedang dan bermasalah yang tinggi. Polandia memiliki tingkat prevalensi tertinggi dan Swiss memiliki tingkat terendah. Di semua negara, orang-orang yang melaporkan frekuensi tinggi perjudian, pengeluaran tinggi, partisipasi dalam beberapa aktivitas perjudian, dan perjudian *offline* lebih mungkin mengalami masalah perjudian.

Penelitian yang melibatkan lima negara Eropa, yaitu Prancis, Italia, Jerman, Swiss, dan Polandia, menunjukkan bahwa judi *online* memiliki dampak besar pada keterlibatan judi secara keseluruhan dan ada hubungan kuat antara judi *online* dan masalah judi. Data dikumpulkan dari survei yang melibatkan lebih dari 24.000 responden dari panel internet di masing-masing negara. Selain itu, riset yang baik dapat membantu mengidentifikasi tren baru dalam perilaku judi, terutama di era digital, sehingga memungkinkan pembuat kebijakan dan profesional untuk merespons secara proaktif terhadap tantangan yang muncul.

Mengumpulkan data dan statistik tentang prevalensi judi *online*, kelompok yang paling rentan, dan efektivitas program pencegahan dan rehabilitasi. Pengumpulan data yang komprehensif dapat memberikan wawasan berharga tentang pola judi di berbagai kelompok demografis dan mengidentifikasi populasi yang berisiko tinggi untuk kecanduan. Informasi ini dapat digunakan untuk merancang program pencegahan yang ditargetkan dan menyesuaikan layanan rehabilitasi agar lebih efektif bagi kelompok-kelompok tertentu.

Penelitian di tiga negara Skandinavia, yaitu Denmark, Finlandia, dan Swedia, menggunakan data dari *helpline* nasional untuk mengevaluasi tren dalam jenis-jenis judi yang berbahaya. Penelitian ini menyoroti perubahan dalam jenis-jenis judi yang dikaitkan dengan kerugian dan dampaknya pada individu.



Sumber | **European Journal of Health**

Hasil riset pada 3 negara (Denmark, Finlandia, dan Swedia) menunjukkan bahwa peningkatan pangsa kontak yang menyangkut perjudian *online*. Produk kasino *online* telah menjadi kategori paling berbahaya di seluruh konteks. Bagian bahaya yang dilaporkan dari taruhan *online* dan bentuk *online* baru yang muncul juga meningkat. Pangsa produk berbasis lahan sebagai sumber bahaya yang dilaporkan telah menurun sepanjang 2019–2022.

6.7 Pelibatan Komunitas

Komunitas lokal dapat menjadi mitra penting dalam upaya mengatasi judi *online*. Komunitas lokal memiliki pemahaman yang mendalam tentang dinamika sosial dan budaya setempat, yang dapat membantu dalam merancang strategi pencegahan dan intervensi yang lebih efektif dan sesuai konteks. Selain itu, keterlibatan komunitas dapat membantu mengurangi stigma seputar kecanduan judi dan mendorong lebih banyak orang untuk mencari bantuan ketika mereka membutuhkannya. Beberapa hal yang dapat dilakukan adalah:

1. Membentuk grup dukungan di komunitas lokal

Grup dukungan ini dapat menyediakan lingkungan yang aman dan tidak menghakimi di mana para anggota dapat berbagi pengalaman, tantangan, dan strategi untuk mengatasi kecanduan judi. Komunitas Emak-Emak Anti Judi *Online* terdiri dari ibu-ibu yang mendukung pemerintah dalam upaya menangani judi *online*. Mereka dapat bekerja sama dengan pemerintah setempat untuk menyebarkan edukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat.



Sumber | [antara.com](https://www.antara.com)

2. Menyelenggarakan kegiatan sosial yang positif

Kegiatan-kegiatan ini dapat mencakup komunitas olahraga, klub hobi, atau proyek sukarela yang memberikan alternatif yang menarik dan bermanfaat bagi mereka yang mungkin berisiko terlibat dalam judi *online*. Selain itu, partisipasi dalam kegiatan komunitas dapat membantu individu membangun jaringan dukungan sosial yang kuat, yang dapat menjadi sumber daya berharga dalam mengatasi dorongan untuk berjudi.

3. Mengadakan seminar dan lokakarya tentang bahaya judi online

Acara-acara ini dapat menampilkan pembicara ahli, termasuk profesional kesehatan mental dan mantan pecandu judi, yang dapat berbagi pengetahuan dan pengalaman mereka. Kementerian Komunikasi dan Digital telah membentuk berbagai komunitas dan satgas untuk menangani judi *online*, termasuk kolaborasi dengan Bank Indonesia (BI), Otoritas Jasa Keuangan (OJK), dan 11 asosiasi lainnya. Komunitas ini juga meluncurkan portal “Bersama Stop Judi Online” yang menyediakan *hotline*, *booklet* informatif, dan materi kampanye. Selain memberikan informasi, seminar dan lokakarya ini juga dapat berfungsi sebagai *platform* untuk membangun kesadaran komunitas dan mendorong dialog terbuka tentang masalah judi *online*.



Sumber | [tirto.id](https://www.tirto.id)

6.8 Kesimpulan

Pemerintah dan lembaga memiliki tanggung jawab besar dalam menangani masalah judi *online*. Melalui regulasi yang ketat, program pencegahan, kerja sama internasional, riset, dan pelibatan komunitas, mereka dapat membantu mengurangi dampak negatif judi *online* dan mendukung individu dalam membangun kehidupan yang lebih sehat.

Dengan upaya yang terkoordinasi dan berkelanjutan, masalah judi *online* dapat diatasi secara efektif. Pendekatan holistik ini mencakup berbagai aspek, mulai dari penegakan hukum hingga dukungan psikologis dan sosial. Penting untuk memahami bahwa mengatasi judi *online* bukan hanya tanggung jawab satu pihak, tetapi memerlukan kolaborasi antara pemerintah, lembaga kesehatan, komunitas lokal, dan masyarakat secara umum.

Dengan memanfaatkan teknologi, meningkatkan kesadaran publik, dan menyediakan sumber daya yang memadai, kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi mereka yang rentan terhadap kecanduan judi.

BAB

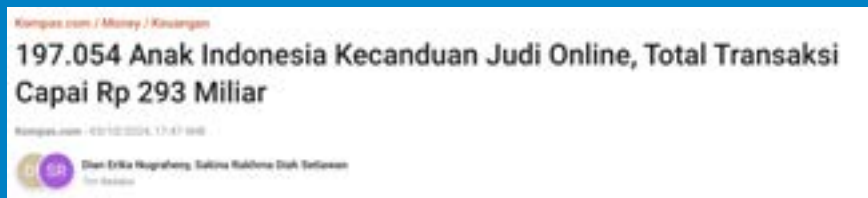
07

**Langkah-langkah
Praktis untuk
Melindungi Diri
dari Kecanduan
Judi Online**

7.1 Pengantar

Kecanduan judi *online* adalah masalah serius yang dapat mempengaruhi kesehatan mental, keuangan, dan hubungan sosial. Bab-bab sebelumnya telah menjelaskan konteks sosial ekonomi dan lingkungan yang lebih luas. Intervensi legislatif dan kesehatan masyarakat diperlukan untuk mengatasi akar penyebab kecanduan judi.

Jakarta berada di posisi kedua sebagai provinsi dengan jumlah penjudi *online* terbesar setelah Jawa Barat. Kemudian ditambah lagi data bahwa 197.054 anak Indonesia kecanduan judi *online*. Data dari Pusat Pelaporan dan Transaksi Keuangan (PPATK) menunjukkan bahwa sebanyak 197.054 anak di Indonesia kecanduan judi *online*, dengan total transaksi mencapai Rp 293 miliar. Dampak sosial ekonomi dari judi *online* menimbulkan berbagai dampak sosial dan ekonomi, termasuk meningkatnya angka perceraian.



JAKARTA, KOMPAS.com - Menteri Komunikasi dan Informatika (Menkominfo) Budi Arie Setiadi mengatakan, sebanyak 197.054 anak Indonesia kecanduan judi *online*. Data tersebut berdasarkan catatan dari Pusat Pelaporan dan Transaksi Keuangan (PPATK) pada 2024. “Berdasarkan data PPATK, tercatat sebanyak 197.054 kasus kecanduan judi *online* pada kalangan anak di bawah umur di Indonesia,” ujar Budi Arie dalam paparannya di acara sarasehan dengan Kadin Indonesia di Menara Kadin, Jakarta Selatan, Kamis (3/10/2024).

Namun, ada langkah-langkah praktis yang dapat diambil individu untuk melindungi diri dari kecanduan. Bab 7 ini akan membahas berbagai strategi dan tips yang dapat membantu mencegah kecanduan judi *online*.

7.2 Tetapkan Batasan

Menetapkan batasan diri bisa membantu mencegah keinginan untuk berjudi. Ini juga membantu mengurangi risiko kelelahan mental dan pengambilan keputusan yang buruk akibat bosan melakukan aktivitas digital terlalu lama sehingga memilih membuka situs judi *online*.

1. Batas Keuangan

Menetapkan batas keuangan melindungi Anda dari kerugian finansial yang signifikan dan mencegah Anda menggunakan uang yang seharusnya digunakan untuk kebutuhan penting lainnya. Ini juga membantu menjaga stabilitas keuangan jangka panjang.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Jangan anggar keuangan Anda untuk berjudi, gunakan penghasilan Anda untuk keperluan atau hiburan lain yang lebih positif, misalnya pergi berlibur.
- Aktifkan notifikasi bank untuk memberi peringatan ketika Anda mendekati batas pengeluaran yang telah ditetapkan.

2. Hari Bebas Judi

Menetapkan setiap hari bebas judi membantu memutus siklus kecanduan dan memberikan kesempatan untuk fokus pada aspek lain kehidupan. Ini juga menjadi kesempatan untuk mengembangkan hobi atau kegiatan alternatif yang lebih baik daripada berjudi.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Rencanakan aktivitas alternatif pada selama satu minggu, seperti olahraga, membaca, atau berkumpul dengan keluarga.
- Bergabung dengan grup dukungan *online* atau *offline* yang membahas tentang mengatasi keinginan untuk berjudi.

Dengan menerapkan batasan-batasan ini, Anda dapat mengurangi risiko kecanduan dan menjaga keseimbangan hidup. Penting untuk diingat bahwa konsistensi adalah kunci keberhasilan dalam penerapan langkah ini.

7.3 Menggunakan Alat dan Aplikasi Pengontrolan Diri

Teknologi dapat menjadi alat yang berguna untuk membantu mengontrol kebiasaan berjudi. Berikut adalah pengembangan dari poin-poin tersebut, disertai dengan penjelasan mengapa poin-poin ini penting dan contoh aktivitas nyatanya:

1. Aplikasi Pengontrolan Diri

Aplikasi pengontrolan diri memberikan alat objektif dan otomatis untuk memantau dan membatasi perilaku perjudian. Ini membantu mengurangi ketergantungan pada kekuatan kemauan semata dan memberikan data konkret tentang kebiasaan perjudian Anda, memungkinkan Anda untuk membuat keputusan yang lebih informasi.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Unduh dan gunakan aplikasi seperti “GamBan” atau “BetBlocker” yang dirancang khusus untuk mengontrol perjudian.
- Atur aplikasi untuk melacak waktu dan uang yang Anda habiskan untuk berjudi setiap hari.
- Tetapkan batas harian atau mingguan di aplikasi dan aktifkan notifikasi ketika Anda mendekati batas tersebut.

Langkah-langkah singkat tentang cara menggunakan aplikasi Gamban dan BetBlocker untuk memblokir akses ke situs judi *online* bisa dilihat di bawah:

Gamban



1. Unduh dan *instal* aplikasi Gamban di perangkat Anda
2. Buat akun dan pilih paket berlangganan
3. Aktifkan perlindungan di semua perangkat yang ingin Anda lindungi
4. Aplikasi akan otomatis memblokir akses ke ribuan situs judi

BetBlocker



1. Unduh aplikasi BetBlocker dari situs resmi mereka
2. *Instal* di perangkat yang ingin dilindungi
3. Pilih periode waktu pemblokiran yang diinginkan
4. Aplikasi akan memblokir akses ke situs-situs judi selama periode tersebut

Kedua aplikasi ini dirancang untuk membantu membatasi akses ke situs judi *online*. Mereka menggunakan database situs judi yang terus diperbarui.

2. Pemblokiran Situs

Memblokir akses ke situs judi *online* mengurangi godaan dan membuat lebih sulit untuk berjudi secara impulsif. Adanya penghalang fisik antara Anda dan aktivitas perjudian bisa memberikan waktu untuk memikirkan kembali keputusan Anda sebelum terlibat.

Berikut beberapa cara untuk memblokir situs judi *online*, yaitu:

1. Gunakan pemblokir konten bawaan browser

- Di Chrome: Buka Pengaturan > Privasi dan keamanan > Situs yang diblokir
- Di Firefox: Buka Preferensi > Privasi & Keamanan > Situs yang diblokir

2. Ubah file hosts komputer

- Windows: C:\Windows\System32\drivers\etc\hosts
- Mac/Linux: /etc/hosts
- Tambahkan baris seperti “127.0.0.1 situsJudi.com” untuk setiap situs yang ingin diblokir

3. Gunakan DNS filtering

Ganti DNS server Anda ke layanan yang menawarkan pemblokiran konten, seperti OpenDNS atau CleanBrowsing

4. Instal perangkat lunak pemblokir khusus

Aplikasi seperti Gamban atau BetBlocker yang dirancang khusus untuk memblokir situs judi

5. Gunakan router filtering

Beberapa *router* memiliki fitur bawaan untuk memblokir situs

7.4 Mengembangkan Hobi dan Aktivitas Alternatif

Mengganti waktu yang biasanya dihabiskan untuk berjudi dengan hobi dan aktivitas positif dapat membantu mengurangi keinginan untuk berjudi. Berikut contoh aktivitasnya:

1. Olahraga

Terlibat dalam aktivitas fisik membantu melepaskan endorfin, mengurangi stres, dan meningkatkan suasana hati secara alami. Ini menjadi alternatif yang lebih sehat dari berjudi.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Bersepeda, jogging, atau melakukan olahraga lainnya. Anda juga bisa mengatur jadwal rutin dalam seminggu untuk berolahraga.
- Bergabung dengan tim olahraga amatir di lingkungan Anda, seperti klub sepak bola atau bulu tangkis.

2. Kegiatan Kreatif

Kegiatan kreatif menyediakan saluran produktif untuk mengekspresikan emosi dan mengalihkan pikiran dari keinginan berjudi. Ini juga membantu mengembangkan keterampilan baru, meningkatkan harga diri, dan memberikan rasa pencapaian yang positif.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Daftar kursus melukis *online* atau *offline* dan luangkan waktu 1-2 jam setiap hari untuk berlatih.
- Mulai menulis jurnal harian atau blog untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan Anda.
- Beli alat musik yang Anda minati dan mulai belajar melalui tutorial YouTube, dengan target bisa memainkan satu lagu sederhana dalam sebulan.

3. Sosialisasi

Hubungan sosial yang kuat bisa memperkuat sistem dukungan yang Anda miliki, sehingga mengurangi dampak isolasi sosial berkaitan dengan perjudian. Bangun interaksi sosial yang positif untuk meningkatkan kesejahteraan emosional dan memberikan kegembiraan tanpa risiko finansial karena berjudi.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Atur *"game night"* dengan teman-teman, fokus pada permainan *non-judi* seperti *board game*.
- Bergabung dengan klub hobi lokal yang sesuai dengan minat Anda, seperti klub buku atau klub *hiking*.
- Menghabiskan waktu dengan keluarga untuk memperkuat ikatan keluarga.

Menerapkan aktivitas-aktivitas ini ke rutinitas harian dapat membantu mengelola keinginan berjudi dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Penting untuk diingat bahwa perubahan gaya hidup ini paling efektif ketika dilakukan secara konsisten dengan komitmen jangka panjang.

Beberapa tips tambahan untuk memaksimalkan manfaat dari aktivitas-aktivitas ini:

- Buat jadwal mingguan yang mencakup waktu khusus untuk masing-masing aktivitas. Ini membantu memastikan bahwa Anda memiliki rencana konkret untuk mengisi waktu yang biasanya digunakan untuk berjudi.
- Cari teman atau anggota keluarga yang bisa menjadi *"buddy"* dalam aktivitas-aktivitas ini. Dukungan sosial dapat meningkatkan motivasi dan konsistensi Anda.
- Catat kemajuan Anda dalam setiap aktivitas. Melihat perkembangan positif dapat menjadi motivasi tambahan dan pengingat akan manfaat dari perubahan gaya hidup.
- Jangan ragu mencoba berbagai aktivitas sampai Anda menemukan yang benar-benar Anda nikmati. Kuncinya adalah menemukan kegiatan yang tidak hanya mengalihkan perhatian dari perjudian, tetapi juga memberikan kepuasan dan kebahagiaan sejati.

Dengan menggabungkan aktivitas-aktivitas tersebut ke dalam hidup Anda, Anda tidak hanya mengurangi ketergantungan pada perjudian, tetapi juga membangun gaya hidup yang lebih seimbang, sehat, dan memuaskan.

7.5 Mencari Dukungan

Dukungan dari orang lain dapat membantu mengatasi kebiasaan berjudi. Berikut adalah pengembangan dari poin-poin tersebut, disertai penjelasan mengapa poin-poin ini penting dan contoh aktivitas nyatanya.

1. Kelompok Dukungan

Kelompok dukungan menyediakan lingkungan yang aman dan memahami di mana Anda dapat berbagi pengalaman, mendapatkan wawasan, dan belajar dari orang lain yang menghadapi tantangan serupa. Ini membantu mengurangi perasaan terisolasi dan memberikan motivasi serta strategi praktis untuk mengatasi kecanduan judi.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Cari dan bergabung dengan grup atau komunitas anti judi *online* di sekitar Anda dan hadiri pertemuannya secara rutin.
- Buat jurnal harian untuk mencatat perkembangan dan refleksi diri Anda. Anda juga bisa berbagi isi jurnal ini dalam pertemuan di komunitas atau grup anti judi *online*.

2. Konseling

Konseling profesional menyediakan dukungan individu yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik Anda. Terapis dapat membantu Anda menggali akar masalah, mengembangkan strategi koping yang sehat, dan mengatasi masalah mental atau emosional yang mungkin berkontribusi pada perilaku perjudian.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Cari terapis yang berspesialisasi dalam kecanduan perilaku atau perjudian melalui asosiasi psikolog lokal atau layanan kesehatan mental setempat.
- Jadwalkan sesi terapi mingguan dan tetapkan tujuan spesifik yang ingin Anda capai melalui konseling.
- Lakukan “pekerjaan rumah” yang diberikan oleh terapis Anda, seperti latihan *mindfulness* atau teknik pengelolaan stres, dan catat hasilnya untuk didiskusikan pada sesi berikutnya.

3. Teman dan Keluarga

Membuka diri kepada orang-orang terdekat dapat memberikan dukungan yang kuat dan membantu membangun kembali kepercayaan yang telah rusak akibat perjudian. Dukungan tersebut juga dapat memberikan motivasi tambahan dalam pemulihan Anda.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Atur pertemuan keluarga untuk secara terbuka mendiskusikan masalah judi Anda dan bagaimana mereka dapat mendukung pemulihan Anda.
- Pilih satu teman terpercaya sebagai “kawan” pemulihan, yang dapat Anda hubungi saat mengalami dorongan kuat untuk berjudi.
- Libatkan keluarga dalam perencanaan keuangan Anda, misalnya dengan memberikan kontrol atas keuangan kepada pasangan atau orang tua untuk sementara waktu.

Penting diingat bahwa pemulihan adalah proses, dan membangun sistem dukungan yang kuat adalah kunci keberhasilan proses tersebut. Berikut tips tambahan untuk memaksimalkan manfaat dari langkah-langkah ini:

- Prioritaskan keterbukaan. Semakin jujur Anda tentang perjuangan Anda, semakin efektif dukungan yang Anda terima.
- Tetapkan tujuan spesifik dan terukur dengan kelompok dukungan, konselor, dan keluarga Anda.
- Catat kemajuan Anda dan bagikan dengan pendukung Anda. Ini bisa menjadi sumber motivasi dan membantu mereka memahami bagaimana mereka dapat lebih baik mendukung Anda.
- Jangan ragu untuk mencoba berbagai cara atau mencari kelompok dukungan lainnya jika yang pertama dirasa belum tepat. Hal ini mungkin membutuhkan beberapa percobaan.

Gabungan antara dukungan profesional, dukungan sebaya, dan dukungan pribadi dapat membantu Anda mengatasi kecanduan judi. Ingatlah bahwa meminta bantuan adalah tanda kekuatan, bukan kelemahan, dan setiap langkah kecil menuju pemulihan adalah pencapaian yang patut dirayakan.

7.6 Edukasi dan Kesadaran Diri

Meningkatkan kesadaran diri dan edukasi tentang risiko judi *online* dapat membantu Anda membuat keputusan yang lebih baik.

1. Mempelajari Risiko

Memahami risiko dan dampak judi *online* dapat memperkuat motivasi Anda untuk berhenti. Pengetahuan ini juga membantu Anda membuat keputusan yang lebih rasional saat menghadapi godaan berjudi.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Baca buku-buku tentang cara menanggulangi kecanduan judi.
- Ikuti kursus *online* gratis tentang kecanduan judi.

2. Refleksi Diri

Refleksi diri membantu Anda mengidentifikasi pemicu emosional dan situasional yang mendorong perilaku perjudian. Ini juga memungkinkan Anda untuk mengevaluasi dampak judi pada berbagai aspek kehidupan, meningkatkan motivasi untuk perubahan.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Mulai menulis jurnal harian, fokus pada perasaan dan situasi yang memicu keinginan berjudi.
- Buat “peta dampak” visual yang menggambarkan bagaimana perjudian telah mempengaruhi keuangan, hubungan, karir, dan kesehatan mental Anda.
- Lakukan refleksi berkala untuk mengevaluasi kemajuan Anda dan menetapkan tujuan untuk hari berikutnya.

3. Pelatihan *Mindfulness*

Teknik *mindfulness* dapat meningkatkan kesadaran Anda terhadap pikiran dan perasaan yang mendorong perilaku perjudian. Ini juga membantu Anda mengelola stres dan kecemasan yang sering menjadi pemicu perjudian, serta meningkatkan kemampuan Anda untuk menahan dorongan impulsif.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Unduh aplikasi meditasi seperti Headspace atau Calm dan lakukan sesi meditasi *mindfulness* selama 10 menit setiap pagi.
- Jika perlu, ikuti kelas yoga mingguan yang menggabungkan latihan fisik dengan praktik *mindfulness*.
- Praktikkan teknik “*urge surfing*” saat mengalami dorongan untuk berjudi: amati dorongan tersebut tanpa bereaksi, dan catat bagaimana intensitasnya berubah seiring waktu.

Menerapkan ketiga strategi ini - mempelajari risiko, refleksi diri, dan pelatihan *mindfulness* - dapat memberikan pondasi yang kuat untuk mengatasi kecanduan judi. Strategi-strategi ini membantu Anda membangun pemahaman yang lebih dalam tentang perilaku Anda, meningkatkan kesadaran diri, dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola dorongan dan emosi yang terkait dengan perjudian.

Penting untuk diingat bahwa perubahan perilaku adalah proses yang membutuhkan waktu dan kesabaran. Konsistensi dalam menerapkan strategi-strategi ini, dikombinasikan dengan dukungan profesional dan dukungan dari orang-orang terdekat, dapat secara signifikan meningkatkan peluang Anda untuk mengatasi kecanduan judi dan membangun gaya hidup yang lebih sehat dan seimbang.

7.7 Mengidentifikasi dan Mengelola Pemicu

Mengidentifikasi pemicu yang mendorong Anda untuk berjudi dapat membantu Anda menghindari situasi berisiko.

1. Pemicu Emosional

Mengapa penting: Emosi yang tidak terkelola sering menjadi pendorong utama perilaku perjudian bermasalah. Dengan mengidentifikasi dan mengelola pemicu emosional secara efektif, Anda dapat mengurangi ketergantungan pada perjudian sebagai mekanisme koping dan mengembangkan strategi yang lebih sehat untuk mengatasi stres, kebosanan, atau kecemasan.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Buat “peta emosi” harian, mencatat intensitas dan frekuensi emosi yang Anda alami serta kaitannya dengan dorongan untuk berjudi.
- Ikuti kursus *online* tentang kecerdasan emosional untuk meningkatkan kemampuan Anda dalam mengenali dan mengelola emosi.
- Praktikkan teknik pernapasan dalam atau meditasi singkat selama 5-10 menit setiap kali Anda merasa stres atau cemas.

2. Situasi Sosial

Lingkungan sosial kita memiliki pengaruh besar terhadap perilaku dan kebiasaan. Menghindari situasi yang mendorong perjudian dapat secara signifikan mengurangi godaan dan membantu Anda membangun jaringan dukungan yang lebih positif untuk pemulihan Anda.

Aktivitas yang bisa dilakukan:

- Buat daftar “teman terpercaya” - orang-orang yang mendukung upaya Anda untuk berhenti berjudi - dan prioritaskan waktu bersama mereka.
- Rencanakan aktivitas sosial alternatif yang tidak melibatkan perjudian, seperti mengikuti kelas memasak bersama atau mengorganisir tur sepeda mingguan dengan teman-teman.
- Praktikkan teknik asertif untuk menolak ajakan berjudi, misalnya dengan mengatakan, “Terima kasih, tapi saya sedang fokus pada hobi baru saya saat ini.”

3. Pemicu Lingkungan

Rutinitas dan kebiasaan sehari-hari sering kali terkait erat dengan perilaku perjudian. Mengidentifikasi dan mengubah aspek-aspek lingkungan yang memicu keinginan berjudi dapat membantu memutus siklus kecanduan dan menciptakan pola hidup baru yang lebih sehat.

Aktivitas nyata:

- Lakukan “*detox digital*” dengan menghapus semua aplikasi perjudian dari perangkat Anda dan mengaktifkan filter konten untuk memblokir situs perjudian.
- Ubah alur perjalanan Anda jika biasanya melewati tempat-tempat perjudian, bahkan jika itu berarti perjalanan yang sedikit lebih lama.
- Buat “zona bebas perjudian” di rumah Anda, misalnya dengan mengubah ruang yang biasanya Anda gunakan untuk berjudi *online* menjadi area untuk hobi baru seperti membaca atau melukis.

Menerapkan strategi-strategi ini dapat membantu Anda mengelola berbagai pemicu yang mendorong perilaku perjudian. Penting untuk diingat bahwa perubahan perilaku adalah proses yang membutuhkan waktu dan konsistensi.

Pendekatan komprehensif ini—menangani pemicu emosional, sosial, dan lingkungan—memberikan pondasi yang kuat untuk mengatasi kecanduan judi. Dengan secara aktif mengenali dan mengelola pemicu-pemicu ini, Anda dapat meningkatkan kontrol atas perilaku Anda dan menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan jangka panjang.

Ingatlah bahwa setiap orang memiliki perjalanan pemulihan yang unik. Apa yang berhasil untuk satu orang mungkin perlu disesuaikan untuk orang lain. Jangan ragu untuk bereksperimen dengan berbagai strategi dan teknik untuk menemukan kombinasi yang paling efektif bagi Anda. Dan yang terpenting, bersikaplah sabar dan baik terhadap diri sendiri selama proses ini. Kemajuan, sekecil apapun, adalah langkah positif menuju gaya hidup yang lebih sehat dan seimbang.

7.8 Kesimpulan

Melindungi diri dari kecanduan judi *online* memerlukan kesadaran, disiplin, dan dukungan. Dengan menetapkan batasan, menggunakan alat pengontrolan diri, mengembangkan hobi alternatif, mencari dukungan, meningkatkan kesadaran diri, dan mengidentifikasi pemicu, Anda dapat mengurangi risiko kecanduan dan menjalani hidup yang lebih sehat dan seimbang. Langkah-langkah praktis ini, jika diterapkan dengan konsisten, dapat membantu Anda menghindari jebakan kecanduan judi *online*.

BAB 08

Peran Pendidikan dalam Pencegahan Judi Online

8.1 Pengantar

Pendidikan merupakan alat yang ampuh dalam mencegah kecanduan judi *online*. Dengan memberikan pengetahuan dan kesadaran sejak dini, kita dapat membangun fondasi yang kuat untuk menghindari masalah judi *online* di masa depan. Bab ini akan membahas pentingnya pendidikan dalam pencegahan judi *online* dan bagaimana berbagai pihak dapat terlibat dalam upaya ini. Keberhasilan program pendidikan ini tergantung pada berbagai faktor, pendidikan di sekolah, peran orang tua dalam pendidikan, edukasi melalui media, peran pemerintah dalam edukasi, meningkatkan kesadaran melalui teknologi. Pendekatan komprehensif yang menggabungkan faktor-faktor ini mungkin akan paling efektif dalam mencegah judi *online* dari sisi pendidikan.

8.2 Pendidikan di Sekolah

Sekolah memiliki peran penting dalam memberikan edukasi tentang risiko judi *online*. Walaupun di Indonesia judi *online* sudah diatur secara regulasi melalui UU ITE, namun peraturan tentang kampanye edukasi judi *online* mengenai integritas menghadapi kecanduan judi *online* belum secara spesifik diatur.

Di sisi lain, Singapura sudah mulai mengesahkan undang-undang Gambling Control Act 2022. Undang-Undang ini mencakup pengaturan tentang kampanye edukasi judi *online*. Yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya judi *online* melalui kampanye edukasi yang efektif.

Selain itu, Gambling Regulatory Authority of Singapore (GRA) memiliki peran penting dalam mengawasi dan menegakkan hukum terkait judi *online*, termasuk kampanye kesadaran dan edukasi publik. GRA Singapore dan pemerintah Singapura secara umum berupaya meningkatkan kesadaran melalui kampanye edukasi yang mencakup berbagai lapisan masyarakat, termasuk sekolah-sekolah. Di Indonesia, kesadaran mencegah judi *online* di sekolah masih dilakukan di daerah dan belum komprehensif.



Sumber | katanda.id

KATANDA.ID, Palembang – Dinas Pendidikan (Disdik) Provinsi Sumatera Selatan (Sumsel) dalam hal ini Kepala Bidang (Kabid) Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Disdik Provinsi Sumsel Mondiyaboni, S.E., S.Kom., M.Si melalui Kepala Seksi (Kasi) Peserta Didik Bidang SMK Disdik Provinsi Sumsel Misral, S.SN sudah membuat surat edaran ke sekolah-sekolah untuk pengawasan baik di sekolah maupun ke orang tua terkait bahaya judi *online*.

Di Indonesia sendiri, menyelenggarakan program atau seminar khusus mengenai bahaya judi *online* dan cara mencegahnya merupakan langkah penting. Acara ini dapat mengundang pakar psikologi, mantan pecandu, dan penegak hukum untuk berbagi pengalaman dan pengetahuan mengenai judi *online*. Selain itu, memberikan pelatihan dan pengetahuan kepada guru untuk mengenali tanda-tanda kecanduan judi juga sangat krusial untuk mencegah judi *online* kepada siswa. Pelatihan ini mencakup teknik observasi perilaku siswa, cara berkomunikasi efektif, dan strategi intervensi dini. Dengan keterampilan ini, guru dapat memberikan bimbingan yang tepat kepada siswa yang berisiko atau sudah terlibat dalam judi *online*, membantu mereka mengatasi masalah, dan mengarahkan mereka ke sumber bantuan profesional jika diperlukan.

8.3 Peran Orang Tua dalam Pendidikan

Orang tua memiliki peran krusial dalam mendidik anak-anak mereka tentang bahaya judi *online*. Untuk mencegah remaja terlibat dalam perjudian *online*, orang tua dapat menggunakan kombinasi strategi yang fokus pada pendidikan, pengawasan, dan pembentukan lingkungan rumah yang mendukung. Intervensi keluarga telah terbukti meningkatkan komunikasi, mengurangi emosi negatif, dan meningkatkan kekompakan keluarga. Perubahan ini sangat penting dalam mengurangi penggunaan teknologi yang berlebihan dan potensi perilaku perjudian *online* (Tadpatrikar dkk 2022).



Sumber | kumparan.com

Mengadakan diskusi terbuka dengan anak-anak tentang risiko judi *online* adalah kunci agar anak tidak terjerumus ke judi *online*. Orang tua dapat menjalin komunikasi terbuka tentang risiko yang terkait dengan perjudian, memantau aktivitas *online* anak-anak mereka, dan menetapkan aturan yang jelas mengenai penggunaan internet. Selain itu, membina lingkungan keluarga yang sehat dan mempromosikan kegiatan rekreasi alternatif dapat mengurangi kemungkinan perilaku perjudian. Mendorong keberhasilan akademis dan mengatasi masalah mendasar, seperti depresi atau penggunaan narkoba, juga dapat berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap kecanduan judi pada remaja (Giosan dkk, 2024).

Studi dari Notten (2013) mengeksplorasi hubungan antara risiko perilaku *online* remaja, mediasi internet orang tua, dan prevalensi penggunaan internet di suatu negara. Ditemukan bahwa remaja dari rumah tangga berpendidikan rendah dan orang tua tunggal lebih cenderung terlibat dalam perilaku *online* yang berisiko, sementara aturan orang tua yang membatasi penggunaan internet dapat secara efektif mengurangi pengambilan risiko oleh remaja secara *online*.

Mediasi internet sosial orang tua, terutama melalui aturan yang membatasi penggunaan internet anak-anak, efektif dalam mengurangi pengambilan risiko oleh remaja secara *online*. Orang tua harus menunjukkan perilaku yang bertanggung jawab dan menjadi teladan bagi anak-anak mereka.

Gaya pengasuhan dengan keterlibatan dan penerimaan, seperti gaya otoritatif dan memanjakan, berfungsi sebagai strategi yang efektif untuk mencegah perjudian *online* di kalangan remaja. Gaya ini mendorong komunikasi terbuka, dukungan emosional, dan bimbingan, yang dapat mengurangi risiko kecanduan internet dan perjudian *online*. Sebaliknya, pengasuhan otoriter, yang bergantung pada ketegasan dan pemaksaan, dapat meningkatkan kerentanan terhadap kecanduan semacam itu. Oleh karena itu, mempromosikan lingkungan yang memelihara dan mendukung sangat penting untuk mengurangi kemungkinan perilaku perjudian *online* pada remaja. Gaya pengasuhan otoritatif dan memanjakan, yang ditandai dengan keterlibatan dan penerimaan, bertindak sebagai faktor pelindung terhadap kecanduan teknologi, sementara pengasuhan otoriter, ditandai dengan ketegasan dan pemaksaan, diidentifikasi sebagai faktor risiko kecanduan internet dan perjudian *online* (Serna dkk 2023).

8.4 Edukasi melalui Media

Media dapat digunakan sebagai alat edukasi yang efektif dalam menyebarkan kesadaran tentang bahaya judi *online*. Banyak kampanye melalui televisi, radio, dan media cetak untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang risiko judi *online*. Selain itu bisa juga memanfaatkan *platform* media sosial untuk menyebarkan informasi dan edukasi tentang bahaya judi *online*, terutama di kalangan remaja dan anak muda dengan menciptakan konten edukatif, seperti video, infografis, dan artikel, yang mudah diakses dan dipahami oleh masyarakat luas.



Sumber | katanda.id

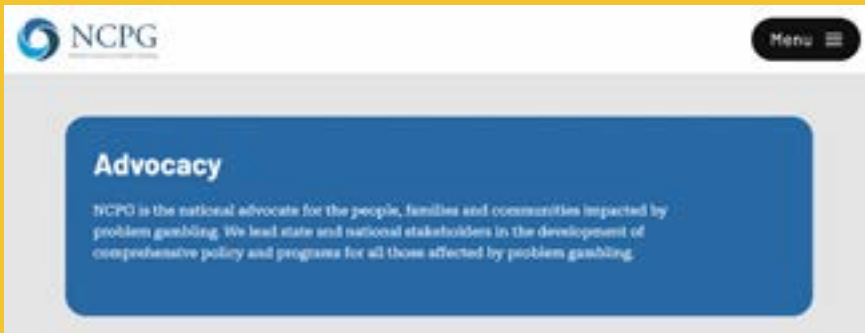
Kementerian Komunikasi dan Digital meluncurkan Gerakan Nasional Literasi Digital dengan empat kurikulum dasar Budaya Digital, Keamanan Digital, Etika Digital, dan Kecakapan Digital. Kampanye ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya judi *online*. Kementerian Komunikasi dan Digital aktif memberikan sosialisasi melalui berbagai saluran media sosial seperti Instagram, TikTok, Facebook dan YouTube untuk mengedukasi masyarakat tentang bahaya judi *online*. Mereka juga menggunakan SMS *blast* untuk mencapai lebih banyak orang. Kementerian Komunikasi dan Digital juga menggencarkan iklan layanan masyarakat di media sosial dan laman khusus bernama s.id/bersamastopjudol dan menyediakan [website event.literasidigital.id](https://event.literasidigital.id) yang menyediakan serangkaian acara yang bisa diikuti oleh masyarakat untuk bisa meningkatkan literasi digital mereka. Laman ini menyediakan berbagai grafik dan informasi tentang pencegahan judi *online*, termasuk cara berhenti dari kecanduan judi *online*.



Kampanye Bersama Stop Judol

8.5 Program Komunitas

Komunitas lokal dapat berperan aktif dalam upaya pencegahan judi *online*. Seperti mengadakan seminar dan lokakarya di tingkat komunitas untuk mengedukasi masyarakat tentang bahaya judi *online*, membentuk kelompok dukungan di komunitas yang fokus pada pencegahan judi dan membantu mereka yang berisiko atau sudah terjebak dalam kecanduan, bekerja sama dengan lembaga non-profit yang memiliki program pencegahan dan pemulihan dari kecanduan judi. Di Indonesia sendiri belum diketahui organisasi masyarakat atau NGO yang berfokus mencegah judi *online*. Namun ada inisiatif lain yang bisa dicontoh.



Sumber | [National Council on Problem Gambling](#)

National Council on Problem Gambling (NCPG) adalah organisasi non-profit di Amerika Serikat yang bergerak untuk mendukung layanan terkait masalah judi. Mereka fokus pada advokasi untuk meningkatkan kesadaran tentang bahaya judi, serta memperkuat upaya pencegahan dan intervensi untuk membantu individu yang terkena dampak judi. Beberapa kegiatan mereka seperti menyediakan berbagai sumber daya dan alat advokasi untuk membantu masyarakat dan profesional dalam mempromosikan program-program pencegahan dan intervensi judi. Selain itu, diadakan pula kampanye kesadaran untuk meningkatkan pemahaman tentang bahaya judi dan dampaknya pada individu dan keluarga.

8.6 Peran Pemerintah dalam Edukasi



Sumber | [Liputan6.com](#)

Liputan6.com, Jakarta - Pemerintah akan membentuk gugus tugas (*task force*) terpadu untuk memberantas judi *online*. Menurut Menteri Kominfo (Komunikasi dan Informatika) Budi Arie Setiadi, Satgas terpadu itu ditargetkan akan mulai bekerja dalam satu pekan ke depan. Menkominfo menuturkan, pembentukan gugus tugas itu bertujuan menyelesaikan permasalahan judi *online* secara lebih menyeluruh dengan mempertajam koordinasi antar kementerian dan lembaga.

Presiden Joko Widodo telah membentuk Satgas Judi *Online* untuk memberantas praktik judi *online* di Indonesia. Pembentukan Satgas Judi *Online* ini tertuang dalam Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 21 Tahun 2024 tentang Satuan Tugas Pemberantasan Perjudian Daring. Satgas ini dipimpin oleh Menteri Koordinator Bidang Politik, Hukum, dan Keamanan (Menko Polhukam) Hadi Tjahjanto. Satgas ini melibatkan berbagai kementerian dan lembaga terkait, termasuk aparat penegak hukum, Kementerian Komunikasi dan Digital, Otoritas Jasa Keuangan (OJK), dan Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan (PPATK).

Tugas Satgas Judi *Online* yang dibentuk oleh Presiden Joko Widodo mencakup beberapa aspek penting untuk mengatasi masalah judi *online* di Indonesia. Berikut adalah tugas-tugasnya:

1. Mengoptimalkan Pencegahan dan Penegakan Hukum: Satgas bertanggung jawab untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi dalam pencegahan dan penegakan hukum terhadap judi *online*. Hal ini termasuk mengidentifikasi dan mengambil langkah-langkah proaktif untuk mencegah praktik judi *online*.
2. Meningkatkan Koordinasi Antar Kementerian dan Lembaga: Satgas juga bertugas untuk meningkatkan koordinasi antar berbagai kementerian dan lembaga terkait, seperti Kementerian Komunikasi dan Digital, OJK, dan PPATK, serta kerja sama dengan lembaga luar negeri. Hal ini penting untuk memastikan upaya pemberantasan judi *online* dilakukan secara terpadu dan efektif.
3. Penyelarasan dan Pengawasan: Satgas bertugas menyelaraskan berbagai kebijakan dan regulasi yang berkaitan dengan pemberantasan judi *online*. Mereka juga melakukan pengawasan terhadap pelaksanaan kebijakan tersebut untuk memastikan kepatuhan dan efektivitasnya.

8.7 Meningkatkan Kesadaran melalui Teknologi

Teknologi dapat dimanfaatkan secara efektif untuk meningkatkan kesadaran dan edukasi tentang bahaya judi *online*. Salah satu cara adalah dengan mengembangkan aplikasi *mobile* yang menyediakan informasi komprehensif dan *up-to-date* mengenai risiko judi *online* serta strategi pencegahannya.

Selain itu, menyediakan *platform e-learning* dan webinar yang membahas topik terkait judi *online* dan kecanduan dapat menjangkau audiens yang lebih luas. *Platform* ini bisa menawarkan kursus bersertifikat dan sesi tanya jawab dengan pakar dan memberikan pemahaman mendalam tentang masalah ini.

Penggunaan teknologi *Virtual Reality* (VR) atau realitas virtual juga dapat menjadi terobosan inovatif. Dengan menciptakan simulasi interaktif yang menggambarkan secara realistis dampak negatif dari judi *online*, pengguna dapat merasakan langsung konsekuensi dari kecanduan judi.

Integrasi terapi perilaku kognitif (CBT) dengan metode inovatif seperti realitas virtual dan program berbasis kesadaran telah menunjukkan harapan dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengelola hasrat. Simulasi ini dapat mencakup skenario kehilangan finansial, kerusakan hubungan personal, dan penurunan kesehatan mental, sehingga memberikan pengalaman yang mendalam dan berkesan.

8.8 Kesimpulan

Pendidikan adalah kunci dalam pencegahan kecanduan judi *online*. Melalui upaya bersama dari sekolah, orang tua, media, komunitas, pemerintah, dan teknologi, kita dapat memberikan pengetahuan dan kesadaran yang diperlukan untuk melindungi individu dari bahaya judi *online*. Edukasi yang tepat dan berkelanjutan akan membantu membangun generasi yang lebih sadar dan mampu menghindari jebakan candu judi.

BAB

09

**Peran Lembaga
Keagamaan
dalam Menangani
Judi Online**

9.1 Pengantar



Sumber | muhammadiyah.or.id

MUHAMMADIYAH.OR.ID, JAKARTA – Pimpinan Pusat (PP) Muhammadiyah mengapresiasi langkah pemerintah dalam membentuk Satuan Tugas Pemberantasan Perjudian *Online* (Satgas Judi *Online*) guna mengentaskan praktik haram tersebut di Indonesia.

“Muhammadiyah memberikan apresiasi kepada presiden yang telah membentuk membentuk satgas (untuk) memberantas judi *online*,” jelas Ketua PP Muhammadiyah Anwar Abbas pada Selasa (18/6) di Jakarta.



Sumber | detik.com

Jakarta - Pemerintah akan melibatkan tokoh agama untuk mencegah penyebaran judi *online*. Nahdlatul Ulama (NU) menyambut baik dilibatkannya tokoh agama sebab judi *online* merupakan permasalahan bersama.

“Tentu tokoh-tokoh agama menyambut baik. Tentu Nahdlatul Ulama menyambut baik. Dan ini pekerjaan bersama kita, ya pemerintah ya *non-government*, termasuk tokoh-tokoh agama, mungkin juga di dalamnya di lingkungan NU,” kata Sekjen PBNU Saifullah Yusuf atau Gus Ipul saat dihubungi, Selasa (25/6/2024).

Lembaga atau organisasi keagamaan memiliki peran penting dalam memberikan bimbingan moral dan spiritual kepada masyarakat. Mereka dapat membantu mencegah dan mengatasi kecanduan judi *online* melalui pendekatan berbasis nilai dan komunitas. Organisasi keagamaan memainkan peran penting dalam mencegah perjudian *online* dengan memanfaatkan pengaruh dan sumber daya mereka untuk mendidik, menasihati, dan memberikan alternatif untuk perjudian. Organisasi-organisasi ini menggunakan berbagai strategi untuk mengurangi dampak negatif dari perjudian *online*. Bab 9 ini akan membahas bagaimana lembaga keagamaan dapat berkontribusi dalam upaya menangani judi *online*.

9.2 Bimbingan Moral dan Spiritual

Organisasi keagamaan dapat memberikan bimbingan moral dan spiritual yang membantu individu memahami bahaya judi *online*. Menyampaikan ceramah dan khotbah yang membahas tentang dampak negatif judi *online* dan pentingnya menjauhi perilaku tersebut. Mengadakan kajian dan diskusi yang fokus pada isu-isu moral terkait judi *online* dan cara-cara mengatasinya. Studi Rusmanto (2024) membahas implikasi teologis dari perjudian slot *online* pada iman orang Kristen kontemporer, menyoroti bahaya yang melekat dari perjudian karena bertentangan dengan norma agama, moral, dan hukum. Ini menekankan bahwa walaupun perjudian kadang-kadang dapat menghasilkan keuntungan, ini tidak dapat membenarkan tindakan tersebut, karena sering menyebabkan kerugian pribadi dan sosial yang signifikan.

Organisasi keagamaan memainkan peran penting dalam mencegah perjudian *online* di kalangan remaja dengan memberikan bimbingan dan dukungan. Mereka menggunakan strategi seperti mengadakan kuliah agama, membentuk kelompok pemuda di dalam masjid, dan mengatur program untuk memperkuat iman dan nilai-nilai moral. Inisiatif ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan positif yang mencegah perjudian dengan mengatasi faktor-faktor seperti iman dan rasa ingin tahu terhadap judi *online*. Selain itu, otoritas lokal berkolaborasi dengan para pemimpin agama untuk memotivasi dan melibatkan kaum muda, membina komunitas yang memprioritaskan perilaku etis dan ketahanan terhadap godaan perjudian *online* (Kustiawan, 2023).

9.3 Konseling dan Dukungan Emosional

Membentuk kelompok dukungan yang berlandaskan nilai-nilai keagamaan untuk membantu mereka yang mengalami kecanduan judi. Lembaga keagamaan sering menyediakan layanan konseling dan dukungan emosional bagi anggota komunitas mereka. Memberikan konseling spiritual kepada individu yang berjuang dengan kecanduan judi, membantu mereka menemukan kedamaian dan arah dalam hidup.

9.4 Program Pendidikan dan Kesadaran

Program pendidikan dan *awareness* yang diinisiasi oleh lembaga keagamaan dapat membantu mencegah judi *online*. Beberapa kegiatan mencegah judi *online* telah dilakukan dengan sifat kelokalan. Studi Padlah dkk (2024) menunjukkan bahwa Majelis Pemberdayaan Masyarakat (MPM) Muhammadiyah telah berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang risiko yang terkait dengan perjudian *online*, hingga membantu menginformasikan masyarakat tentang dampak negatifnya terhadap stabilitas keuangan, kesehatan mental, dan integritas moral. MPM Muhammadiyah telah menerapkan berbagai strategi, termasuk pendidikan, pelatihan keterampilan, dan layanan konseling, serta yang telah memberikan alternatif positif untuk mengurangi ketergantungan pada kegiatan perjudian, di samping pembentukan Satgas khusus untuk mengatasi masalah ini secara terstruktur.

Sebagai contoh organisasi keagamaan di Koto Lanang Jambi, saat ini berfokus untuk mengatasi dampak mengganggu perjudian *online* pada proses pendidikan generasi muda. Mereka menggunakan strategi seperti keterlibatan masyarakat, kampanye *awareness*, dan konseling langsung untuk mendidik masyarakat tentang konsekuensi negatif dari perjudian *online*. Terlepas dari upaya mereka, peran instruktur ini belum efektif secara signifikan, karena perjudian *online* tetap lazim, perlu langkah-langkah yang lebih kuat dan proaktif untuk memerangi masalah ini dalam komunitas seperti Koto Lanang (Putra, 2023).

9.5 Kerja Sama dengan Komunitas

Lembaga keagamaan dapat bekerja sama dengan komunitas lokal untuk memperluas jangkauan program pencegahan dan pemulihan. Lampard (2004) membahas sikap Gereja Metodis yang berkembang perihal perjudian, beralih dari kecaman dan larangan langsung ke fokus pada melindungi individu yang rentan dan meminimalkan bahaya yang terkait dengan kegiatan perjudian. Perubahan ini mencerminkan keprihatinan yang lebih luas serta tanggung jawab sosial dan kebutuhan gereja untuk terlibat dalam diskusi kebijakan mengenai peraturan perjudian. Lampard

menyoroti dukungan gereja untuk pengajuan akan adanya tanggung jawab sosial perusahaan dalam industri perjudian, mengadvokasi perlindungan yang melindungi populasi yang rentan. Namun, ia juga mengungkapkan keprihatinan tentang pendekatan pemerintah terhadap deregulasi dan potensi risiko yang ditimbulkannya, terutama mengenai anak-anak dan akses ke *platform* perjudian.



Sumber | [ri.co.id](https://www.ri.co.id)

“DPP GAMKI beserta pengurus daerah dan cabang GAMKI di seluruh Indonesia menyatakan siap bersama Menkominfo memberantas judi *online*, terutama melalui program literasi digital bersama sinode dan pemuda gereja. Kami menyerukan agar aparat bisa menangkap bandar-bandar judi *online* yang selama ini yang sangat menyengsarakan rakyat kecil,” ujar Ketua Umum DPP GAMKI Sahat Martin Philip Sinurat dalam audiensi dengan Menkominfo Budi Arie Setiadi di Kantor Kementerian Kominfo, Jakarta Pusat, Jumat (26/7/2024).

Sedang studi Ellison & McFarland, (2011) menemukan bahwa Protestan konservatif secara signifikan lebih kecil kemungkinannya untuk terlibat dalam perjudian frekuensi menengah dan tinggi dibandingkan dengan Protestan garis utama, Katolik, dan individu yang tidak terafiliasi, menunjukkan dukungan awal yang kuat untuk hipotesis bahwa tradisi agama mempengaruhi perilaku perjudian. Selain itu, penelitian ini menyoroti bahwa kehadiran agama memiliki efek jera pada frekuensi perjudian di semua kategori, sementara kehadiran teman yang merupakan anggota jemaat agama yang sama, berbanding terbalik dengan frekuensi perjudian, menunjukkan bahwa jejaring sosial dalam konteks agama memainkan peran penting dalam membentuk perilaku perjudian.

9.6 Dukungan Finansial dan Logistik

Lembaga keagamaan memiliki peran penting dalam menyediakan dukungan finansial dan logistik bagi program-program pencegahan dan pemulihan kecanduan judi *online*. Salah satu langkah konkret adalah dengan menyediakan dana bantuan bagi individu yang mengalami kesulitan keuangan akibat kecanduan judi. Dana ini dapat digunakan untuk membantu membayar tagihan penting, biaya konseling, atau bahkan untuk pelatihan keterampilan baru guna memulai kembali kehidupan mereka.

Selain itu, lembaga keagamaan dapat menyediakan fasilitas pemulihan atau tempat untuk mengadakan program rehabilitasi bagi mereka yang membutuhkan. Hal ini bisa berupa ruangan di rumah ibadah yang didesain khusus untuk sesi konseling atau pertemuan kelompok dukungan. Untuk kasus yang lebih serius, lembaga keagamaan bisa bekerja sama dengan pusat rehabilitasi profesional untuk menyediakan program residensial jangka panjang.



Sumber | tempo.co

Walaupun begitu, pemberian bantuan finansial belum disetujui oleh organisasi keagamaan besar di Indonesia. Walau begitu, mereka dapat mengorganisir dan mendanai pelatihan bagi relawan dari komunitas mereka untuk menjadi pendamping atau mentor bagi individu yang sedang dalam proses pemulihan. Program mentoring ini dapat menyediakan dukungan emosional dan praktis yang berkelanjutan, membantu individu membangun kembali kehidupan mereka tanpa ketergantungan pada judi.

Lebih jauh lagi, lembaga keagamaan dapat mengalokasikan dana untuk kampanye pencegahan di tingkat komunitas, seperti seminar, *workshop*, dan material edukasi. Mereka juga bisa mendukung penelitian tentang efektivitas berbagai metode pencegahan dan pemulihan, berkontribusi pada pengembangan strategi yang lebih baik dalam menangani masalah kecanduan judi *online*.

9.7 Meningkatkan Kesadaran melalui Media Keagamaan

Media keagamaan memiliki potensi besar untuk menyebarkan informasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya judi *online*. Salah satunya dengan menulis artikel dan publikasi yang mendalam tentang bahaya judi *online* dalam konteks nilai-nilai keagamaan. Artikel-artikel ini dapat diterbitkan di majalah keagamaan, buletin mingguan tempat ibadah, atau *platform* media sosial organisasi keagamaan, menjangkau audiens yang luas dan beragam.



Sumber | [Instagram @nuonlinejakarta](https://www.instagram.com/nuonlinejakarta)

Selain itu, penggunaan program radio dan TV keagamaan dapat menjadi sarana efektif untuk mengedukasi masyarakat tentang risiko dan dampak judi *online*. *Talk show* dengan mengundang tokoh agama, psikolog, dan mantan pecandu judi dapat memberikan perspektif yang komprehensif. Program-program ini bisa mencakup diskusi panel, sesi tanya jawab interaktif dengan pemirsa, dan testimoni dari individu yang telah berhasil mengatasi kecanduan judi.

Ceramah keagamaan rutin di tempat ibadah juga dapat dimanfaatkan untuk membahas isu judi *online*, menghubungkan ajaran agama dengan realitas sosial kontemporer. Pemuka agama dapat menekankan aspek moral dan spiritual dalam menghindari judi *online*, sambil memberikan panduan praktis bagi jemaat yang mungkin menghadapi godaan atau sudah terlibat dalam aktivitas tersebut.

9.8 Kesimpulan

Lembaga keagamaan memiliki peran yang signifikan dalam menangani masalah judi *online*. Dengan memberikan bimbingan moral dan spiritual, menyediakan konseling dan dukungan emosional, menjalankan program pendidikan dan kesadaran, bekerja sama dengan komunitas, serta menggunakan media keagamaan, mereka dapat membantu mencegah dan mengatasi kecanduan judi. Upaya kolaboratif ini dapat menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan mendukung bagi individu yang berjuang melawan kecanduan judi *online*.

BAB

10

**Pendekatan
Berbasis Komunitas
dalam Mengatasi
Judi Online**

10.1 Pengantar

Pendekatan berbasis komunitas adalah strategi yang melibatkan seluruh elemen masyarakat dalam upaya pencegahan dan pemulihan dari kecanduan judi *online*. Organisasi komunitas dapat menggunakan strategi seperti membatasi iklan perjudian *online*, termasuk pesan peringatan pada materi promosi, dan melarang pemasaran yang menargetkan populasi di bawah umur atau rentan.

Mereka juga dapat menerapkan kampanye pendidikan untuk meningkatkan kesadaran tentang risiko yang terkait dengan perjudian *online*, memanfaatkan media massa dan situs informasi untuk mengedukasi kaum muda dan keluarga mereka. Selain itu, mempromosikan praktik perjudian yang bertanggung jawab dan menyediakan sumber daya untuk layanan perawatan dapat lebih mendukung upaya dampak negatif pada pengurangan bahaya di antara populasi yang rentan. (Jing Shi, 2021).

Pendekatan ini berfokus pada kolaborasi dan keterlibatan aktif dari berbagai pihak, termasuk individu, keluarga, organisasi lokal, dan pemerintah. Bab ini akan membahas bagaimana pendekatan berbasis komunitas menjadi alat yang efektif dalam mengatasi masalah judi *online*.

10.2 Membangun Kesadaran Komunitas

Langkah pertama dalam pendekatan berbasis komunitas untuk mengatasi judi *online* adalah membangun kesadaran yang kuat tentang bahaya judi *online*. Dimulai dengan meluncurkan kampanye kesadaran yang komprehensif di tingkat komunitas. Menggunakan berbagai media seperti poster, brosur, dan *platform* media sosial. Kampanye ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat luas tentang risiko serius yang terkait dengan judi *online*. Selain itu, mengadakan serangkaian acara komunitas seperti seminar, lokakarya, dan diskusi panel yang membahas secara mendalam tentang bahaya judi *online* dan strategi pencegahan yang efektif.



Sumber | pembaruan.id

PEMBARUAN.ID – Keluarga Mahasiswa Institut Teknologi Sumatera (KM Itera) dan Forum Komunikasi Putra Putri Indonesia Bersatu (FKPPIB) mengkampanyekan anti-judi *online* dengan memasang spanduk di berbagai lokasi strategis di Bandar Lampung. Presiden KM Itera, Khadhi Abdillah, menyatakan aksi ini bertujuan meningkatkan kesadaran tentang bahaya judi *online* dan mendorong para penjudi untuk berhenti. Spanduk tersebut bertuliskan 'Brantas Tuntas Judi Online' dengan *tagline* #TobatSebelumMelarat. "Kampanye ini juga mengajak masyarakat melaporkan aktivitas judi online kepada pihak berwenang," tambah Khadhi Abdillah, didampingi Sholichul Anwari, Ketua Bidang Hukum dan HAM FKPPIB.

Acara-acara ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga menciptakan ruang untuk dialog terbuka di mana anggota komunitas dapat berbagi pengalaman dan belajar dari para ahli. Penting juga untuk melibatkan tokoh masyarakat, pemuka agama, dan pemimpin lokal dalam upaya ini, karena mereka memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk opini publik. Dengan pendekatan multifaset dengan berbasis komunitas dan kampanye anti judi *online* ini, diharapkan kesadaran akan meningkat, menciptakan lingkungan yang lebih waspada dan resisten terhadap godaan judi *online*, serta mendorong tindakan bersama untuk melindungi komunitas dari dampak negatifnya.

10.3 Dukungan Keluarga dan Teman

Dukungan dari keluarga dan teman merupakan komponen krusial dalam pendekatan berbasis komunitas untuk mengatasi masalah judi *online*. Langkah pertama adalah mengedukasi keluarga secara menyeluruh tentang tanda-tanda kecanduan judi, yang mencakup perubahan perilaku, masalah keuangan yang tiba-tiba, atau waktu terbuang percuma.

Edukasi ini juga meliputi cara memberikan dukungan yang efektif kepada anggota keluarga yang sedang berjuang dengan kecanduan, termasuk teknik komunikasi yang empatik dan strategi untuk menciptakan lingkungan rumah yang mendukung pemulihan.

Selanjutnya, penting untuk membentuk jaringan dukungan sosial yang kuat di mana individu yang menghadapi masalah kecanduan dapat berbicara secara terbuka dan menerima dukungan dari teman-teman serta tetangga. Jaringan ini bisa berupa kelompok dukungan sebaya, program *mentoring*, atau forum komunitas *online* yang aman. Dalam konteks ini, pelatihan untuk anggota komunitas tentang cara menjadi pendengar yang baik dan memberikan dukungan tanpa menghakimi sangat penting.



Sumber | **Kemenag Maluku Tenggara**

Selain itu, melibatkan mantan pecandu judi yang telah pulih untuk berbagi pengalaman dan memberikan inspirasi dapat menjadi sangat efektif. Mereka dapat menjadi mentor yang berharga dan bukti hidup bahwa pemulihan itu mungkin. Program-program keluarga juga dapat dikembangkan, di mana seluruh unit keluarga terlibat dalam proses pemulihan, memperkuat ikatan keluarga dan menciptakan sistem dukungan yang lebih kuat.

Terakhir, penting untuk menghubungkan jaringan dukungan komunitas ini dengan layanan profesional seperti konseling dan terapi, menciptakan pendekatan holistik yang menggabungkan dukungan informal dengan bantuan profesional. Dengan membangun sistem dukungan yang komprehensif ini, komunitas dapat secara signifikan meningkatkan peluang pemulihan dan pencegahan kecanduan judi *online*.

10.4 Program Intervensi dan Rehabilitasi Komunitas

Menyediakan program intervensi dan rehabilitasi yang mudah diakses merupakan langkah vital dalam pendekatan berbasis komunitas untuk mengatasi masalah judi *online*. Langkah awal adalah menyediakan layanan konseling gratis atau bersubsidi bagi mereka yang membutuhkan bantuan untuk mengatasi kecanduan judi. Ini dapat dilakukan melalui kerja sama dengan lembaga kesehatan mental lokal, klinik komunitas, atau organisasi non-profit yang berfokus pada pemulihan adiksi. Penting untuk memastikan bahwa layanan ini tersedia dalam berbagai format, termasuk konseling tatap muka, konseling telepon, dan sesi *online*, untuk mengakomodasi berbagai kebutuhan dan preferensi anggota komunitas.

Selanjutnya, mengembangkan program rehabilitasi yang melibatkan partisipasi komunitas secara aktif sangat penting. Ini bisa mencakup pembentukan kelompok dukungan sebaya yang dikelola oleh komunitas, di mana individu yang berjuang dengan kecanduan judi dapat berbagi pengalaman dan saling mendukung dalam perjalanan pemulihan mereka. Terapi kelompok yang dipimpin oleh profesional juga dapat diintegrasikan ke dalam program ini, menawarkan pendekatan terstruktur untuk mengatasi pola pikir dan perilaku yang terkait dengan kecanduan judi.

Kegiatan pemulihan komunitas juga memainkan peran penting dalam proses rehabilitasi. Ini bisa berupa *workshop* keterampilan hidup, kelas manajemen keuangan, atau kegiatan rekreasi yang mempromosikan gaya hidup sehat dan bebas judi. Melibatkan keluarga dalam proses rehabilitasi juga krusial, dengan menyediakan sesi terapi keluarga dan kelompok dukungan untuk anggota keluarga yang terkena dampak.



Sumber | **Kemenkes**

Melihat dampak signifikan kecanduan judi, dibutuhkan upaya perawatan kesehatan untuk menangani individu yang mengalami gangguan perjudian tersebut.

Untuk itu, Pusat Kesehatan Jiwa Nasional (PKJN) RS Marzoeki Mahdi di Bogor mengambil langkah penting dengan membuka Klinik Adiksi Perilaku di Poliklinik Eksekutif untuk menangani individu yang mengalami gangguan perjudian. Klinik ini tidak hanya menangani kecanduan judi *online*, tetapi juga berbagai kecanduan lainnya seperti gim, belanja, seks, dan pornografi.

Untuk meningkatkan efektivitas program, penting untuk mengembangkan jalur rujukan yang jelas antara berbagai layanan dalam komunitas. Misalnya, menghubungkan program intervensi awal dengan layanan rehabilitasi jangka panjang, atau mengintegrasikan dukungan pekerjaan dan pendidikan ke dalam proses pemulihan. Kolaborasi dengan institusi pendidikan lokal dan pusat pelatihan kejuruan dapat membantu dalam menyediakan peluang bagi individu yang sedang dalam pemulihan untuk membangun kembali kehidupan mereka.

Terakhir, mengimplementasikan sistem pemantauan dan evaluasi yang melibatkan umpan balik dari peserta program dan anggota komunitas sangat penting. Ini memungkinkan penyesuaian dan peningkatan berkelanjutan dari program intervensi dan rehabilitasi, memastikan bahwa mereka tetap relevan dan efektif dalam memenuhi kebutuhan komunitas yang berkembang.

10.5 Peran Organisasi Lokal

Organisasi lokal, seperti LSM dan kelompok komunitas, memainkan peran yang sangat penting dalam upaya pencegahan dan pemulihan kecanduan judi *online*. Langkah pertama adalah membangun kolaborasi yang kuat dengan lembaga non-profit atau NGO. NGO biasanya memiliki program pencegahan dan pemulihan kecanduan judi yang telah mapan. Kerja sama ini dapat mencakup pertukaran pengetahuan, berbagi sumber daya, dan pengembangan program bersama yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik komunitas lokal.

Melatih relawan komunitas, menjadi komponen kunci dalam strategi ini. Program pelatihan komprehensif perlu dikembangkan untuk membekali relawan dengan keterampilan mengenali tanda-tanda awal kecanduan judi. Pelatihan ini harus mencakup pemahaman mendalam tentang gejala fisik, psikologis, dan perilaku yang terkait dengan kecanduan judi *online*. Selain itu, relawan juga dilatih dalam teknik pendekatan yang sensitif dan tidak menghakimi, serta cara memberikan dukungan emosional yang efektif.

Penting untuk membangun sistem yang efisien antara relawan komunitas dan layanan profesional. Ini melibatkan pembentukan hubungan kerja yang erat dengan psikolog, konselor adiksi, dan lembaga kesehatan mental lokal. Relawan dilatih untuk mengenali kapan sebuah kasus memerlukan intervensi profesional dan bagaimana cara merujuk individu ke layanan yang sesuai dengan cara yang mendukung dan tidak mengintimidasi.

Organisasi lokal juga dapat berperan dalam mengembangkan program pencegahan yang inovatif, mencakup kampanye kesadaran yang kreatif menggunakan media sosial dan teknologi digital, lokakarya interaktif di sekolah dan tempat kerja, serta program mentoring di mana mantan pecandu yang telah pulih berbagi pengalaman mereka untuk mencegah orang lain jatuh ke dalam perangkap yang sama.

Selain itu, organisasi lokal dapat menjadi jembatan penting antara komunitas dan pembuat kebijakan. Mereka dapat mengadvokasi kebijakan yang lebih ketat terhadap judi *online*, mendorong alokasi sumber daya yang lebih besar untuk program pencegahan dan pemulihan, serta memastikan bahwa suara komunitas didengar dalam pengambilan keputusan.

Akademisi: Peran LSM penting untuk basmi judi "online" di akar rumput

Minggu, 28 Juli 2024 22:21 WIB

Sumber | antaranews.com

Jakarta (ANTARA) - Sosiolog Universitas Indonesia Nadia Yovani menilai peran lembaga swadaya masyarakat (LSM) sangat penting membantu pemerintah dalam upaya membasmi praktik judi daring (*online*) di tingkat akar rumput.

"Kerja LSM tidak bisa sendiri, tapi harus ada dukungan juga dari pemerintah dan organisasi bisnis. Ketiganya harus bergerak serentak," kata Nadia dalam keterangan tertulis yang diterima di Jakarta, Minggu.

Nadia mengatakan secara sosiologis, masyarakat terdiri dari pemerintah, organisasi bisnis, dan LSM. Sehingga upaya pemberantasan judi daring di akar rumput perlu peran LSM.

Pengembangan jaringan dukungan sebaya yang dipimpin oleh komunitas juga merupakan area di mana organisasi lokal dapat berkontribusi secara signifikan. Mereka dapat memfasilitasi pembentukan kelompok dukungan, mengorganisir acara komunitas yang mempromosikan gaya hidup bebas judi, dan menciptakan ruang aman bagi individu dan keluarga yang terkena dampak untuk berbagi dan mendapatkan dukungan.

Terakhir, organisasi lokal dapat memainkan peran dalam mengumpulkan data dan melakukan penelitian berbasis komunitas tentang dampak judi *online*. Informasi ini sangat berharga untuk meningkatkan pemahaman tentang masalah ini dalam konteks lokal dan untuk merancang intervensi yang lebih efektif di masa depan.

Dengan pendekatan multifaset ini, organisasi lokal dapat menjadi katalis perubahan yang kuat dalam upaya komunitas untuk mencegah dan mengatasi kecanduan judi *online*, menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan tangguh bagi semua anggota masyarakat.

10.6 Menggunakan Teknologi untuk Dukungan Komunitas

Teknologi memiliki potensi besar untuk memperkuat pendekatan berbasis komunitas dalam mengatasi masalah judi *online* yang semakin meresahkan. Salah satu langkah konkret adalah dengan membuat *platform online* komprehensif yang menyediakan informasi akurat, dukungan emosional, dan berbagai sumber daya bagi mereka yang sedang berjuang melawan kecanduan judi. *Platform* semacam ini dapat menjadi pusat virtual dimana para penjudi bermasalah dan keluarga mereka dapat mengakses materi edukasi, bergabung dalam grup dukungan *online*, dan berkonsultasi dengan konselor profesional secara anonim.



Sumber | liputan6.com

Liputan6.com, Jakarta - Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) menyediakan dua aplikasi untuk memberantas judi *online*. Dirjen Informasi dan Komunikasi Publik Kominfo, Usman Kansong mengungkapkan, dua aplikasi tersebut yakni *chatbot* WhatsApp dan situs s.id/bersamastopjudol.

"Ini baru awal, kami punya dua aplikasi yang pertama *chatbot* dan kami punya di situs s.id/bersamastopjudol," kata Usman dalam acara *Virtual Class* Liputan6.com bertajuk "*Judi Online* Cari Mangsa, Literasi Digital Senjata Penangkalnya" yang ditayangkan secara daring di Jakarta, Jumat (28/6/2024).

Selain itu, pengembangan aplikasi *mobile* khusus juga dapat menjadi alat yang sangat bermanfaat. Aplikasi ini dirancang untuk membantu individu memantau dan mengelola kebiasaan berjudi mereka secara *real-time*. Fitur-fitur seperti pencatatan aktivitas judi, pengingat batas waktu dan pengeluaran, serta visualisasi pola perilaku dapat membantu pengguna memahami dan mengendalikan kecanduan mereka dengan lebih baik. Yang tak kalah penting, aplikasi ini juga dapat menyediakan akses cepat ke layanan dukungan darurat, termasuk *hotline* krisis dan lokasi pertemuan kelompok pendukung terdekat.

Dengan memanfaatkan kekuatan teknologi digital, pendekatan berbasis komunitas dalam penanganan judi *online* dapat menjangkau audiens yang lebih luas, memberikan bantuan yang lebih personal dan efektif, serta menciptakan jaringan dukungan yang kuat bagi mereka yang membutuhkan.

10.7 Studi Kasus: Keberhasilan Pendekatan Berbasis Komunitas

Melihat studi kasus dari komunitas yang berhasil mengatasi masalah judi *online* dapat memberikan inspirasi dan panduan praktis. Bagaimana komunitas ini meluncurkan kampanye kesadaran yang efektif dan menyediakan layanan dukungan yang komprehensif. Inisiatif komunitas yang melibatkan seluruh anggota masyarakat dalam program pencegahan dan pemulihan, serta hasil positif yang mereka capai.

Majelis Pemberdayaan Masyarakat (MPM) Muhammadiyah telah secara efektif meningkatkan kesadaran masyarakat tentang risiko yang terkait dengan perjudian *online* dan telah menerapkan berbagai strategi, seperti pendidikan, pelatihan keterampilan, dan layanan konseling, untuk memberikan alternatif positif dan mengurangi ketergantungan pada kegiatan perjudian. - Pembentukan Satuan Tugas Khusus (Satgas) telah berkontribusi pada pendekatan terstruktur dalam menangani masalah perjudian *online*, dan kolaborasi dengan berbagai pemangku kepentingan sangat penting untuk memastikan keberlanjutan jangka panjang dan efektivitas program-program yang diprakarsai oleh MPM Muhammadiyah (Padlah, dkk, 2024)

Pembinaan pada Majelis Taklim Nurul Iman Ohoi Dunwahan yang diselenggarakan oleh Fitrotussalamah, Penyuluh Agama Islam dari Kementerian Agama Kabupaten Maluku Tenggara. Pembinaan ini berlangsung pada Jumat, 19 Juli 2024, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan bahaya judi *online* serta upaya melindungi keluarga dari judi online. Dalam sesi pembinaan tersebut, Fitrotussalamah menekankan betapa seriusnya dampak negatif dari judi *online* terhadap individu dan keluarga. Judi *online* tidak hanya mengakibatkan kerugian finansial, tetapi juga dapat merusak moral dan mental seseorang. Banyak individu terjerat hutang karena kecanduan judi *online*, dan kehilangan uang dalam jumlah besar dapat menghancurkan stabilitas keuangan keluarga.

10.8 Kesimpulan

Pendekatan berbasis komunitas adalah strategi yang kuat dalam mengatasi masalah judi *online*. Dengan membangun kesadaran, menyediakan dukungan keluarga dan teman, mengembangkan program intervensi dan rehabilitasi, serta memanfaatkan peran organisasi lokal dan teknologi, komunitas dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan dan pencegahan kecanduan judi. Melalui kolaborasi dan keterlibatan aktif dari seluruh elemen masyarakat, kita dapat membangun komunitas yang lebih sehat dan bebas dari bahaya judi *online*.

BAB

11

**Studi Kasus
Internasional:
Keberhasilan
Mengatasi
Judi Online**

11.1 Pengantar

Studi kasus internasional menjadi sumber wawasan berharga dalam upaya mengatasi permasalahan judi *online* yang kompleks. Dengan menganalisis pendekatan yang telah terbukti efektif di berbagai negara, kita dapat mengidentifikasi praktik-praktik terbaik dan mengadaptasinya sesuai konteks lokal. Bab ini akan mengulas beberapa studi kasus dari negara-negara yang telah menunjukkan keberhasilan signifikan dalam menangani isu judi *online*.

Pembahasan akan mencakup strategi regulasi yang diterapkan, program pencegahan dan edukasi yang inovatif, serta inisiatif rehabilitasi yang efektif. Misalnya, akan ditelaah sistem *self-exclusion* yang diterapkan di Singapura, kampanye kesadaran publik di Inggris, serta kolaborasi lintas sektor di Australia. Selain itu, akan dieksplorasi penggunaan teknologi canggih seperti kecerdasan buatan dalam pemantauan aktivitas judi *online* di beberapa negara Eropa.

Dengan mempelajari berbagai pendekatan ini, diharapkan untuk merumuskan strategi komprehensif yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik masyarakat di Indonesia secara khusus.

11.2 Australia: Pendekatan Terpadu

Australia telah mengembangkan pendekatan terpadu yang mengesankan dalam menangani masalah judi *online*. Pemerintah memberlakukan regulasi ketat terhadap operator judi *online*, seperti *Interactive Gambling Act 2001* yang melarang penyedia judi *online* tidak berlisensi. Persyaratan lisensi yang ketat mencakup kewajiban verifikasi usia pengguna dan pembatasan iklan, misalnya larangan iklan judi selama siaran olahraga langsung sebelum jam 8.30 malam.



Sumber | acma.gov.au

Kampanye kesadaran publik yang luas telah diluncurkan, contohnya inisiatif "*Gambling's not a game*" yang menyasar anak muda melalui media sosial dan sekolah. Kampanye ini mengedukasi tentang risiko judi *online* seperti kerugian finansial dan dampak pada kesehatan mental.



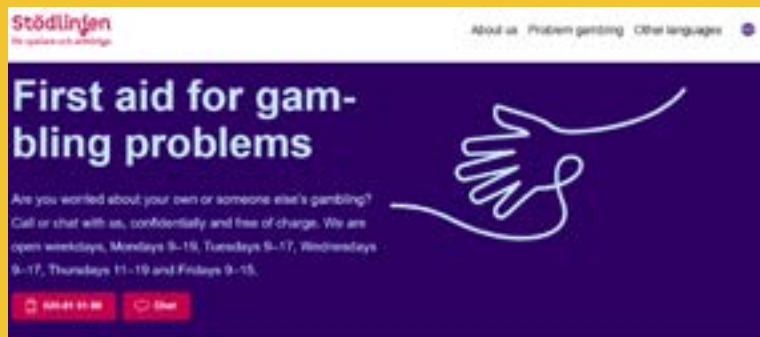
Sumber | adelaideunited.com

Australia juga menyediakan layanan dukungan komprehensif. Contohnya, *Gambling Help Online* menawarkan konseling 24/7 via *chat* dan telepon. Sementara itu, terdapat organisasi seperti *Gamblers Anonymous* mengadakan pertemuan kelompok dukungan rutin di berbagai kota. Untuk terapi individual, pemerintah menyediakan akses ke psikolog bersubsidi melalui program *Mental Health Treatment Plan*.

11.3 Swedia: Fokus pada Kesejahteraan Sosial

Swedia telah mengedepankan pendekatan kesejahteraan sosial yang holistik dalam mengatasi masalah judi *online*. Pemerintah Swedia, melalui perusahaan milik negara *Svenska Spel*, memiliki monopoli atas industri judi. Hal ini memungkinkan kontrol ketat dan pengawasan yang lebih baik, misalnya dengan membatasi jumlah *casino online* berlisensi dan mengatur ketat promosi judi.

Program rehabilitasi komprehensif menjadi prioritas utama. Contohnya, layanan konseling gratis disediakan melalui *hotline* nasional “*Stödlinjen*” yang beroperasi 24/7. Sementara itu, program terapi kelompok seperti “*Spelberoendegruppen*” diadakan secara rutin di berbagai kota, menawarkan dukungan *peer-to-peer* bagi para penjudi bermasalah.



Sumber | stodlinjen.se

11.4 Singapura: Pendekatan Preventif

Singapura telah menerapkan strategi komprehensif dalam menangani permasalahan judi *online* melalui pendekatan preventif yang terstruktur. Sebagai contoh, pemerintah memberlakukan *Remote Gambling Act* pada tahun 2014 yang memberikan kerangka hukum untuk mengatur aktivitas perjudian *online*.

Dalam implementasinya, otoritas Singapura secara proaktif memblokir ribuan situs judi ilegal, seperti yang terjadi pada tahun 2020 ketika lebih dari 800 situs judi tidak berlisensi diblokir dalam satu operasi. Program edukasi juga menjadi fokus utama, dimana sekolah-sekolah menyelenggarakan seminar dan *workshop* tentang dampak negatif judi *online*, contohnya program “*Know the Line*” yang diadakan di berbagai sekolah menengah.



Sumber | npcgambling.org

Untuk membantu mereka yang sudah terjerat, pemerintah menyediakan layanan pemulihan komprehensif melalui *National Council on Problem Gambling* (NCPG) yang menawarkan konseling individual, terapi kelompok, dan program pendampingan keluarga seperti *Family Exclusion Order* yang memungkinkan keluarga mengajukan larangan akses judi bagi anggota keluarganya.

11.5 Inggris: Kemitraan dengan Industri

Inggris mengadopsi strategi regulasi judi *online* yang berfokus pada kemitraan konstruktif dengan industri perjudian, menciptakan keseimbangan antara kepentingan bisnis dan perlindungan konsumen. Sebagai implementasinya, *Gambling Act 2005* mewajibkan semua operator judi *online* untuk memperoleh lisensi dari UK *Gambling Commission*, seperti yang dilakukan oleh perusahaan besar seperti Bet365 dan *William Hill* yang harus memenuhi standar ketat dalam operasional mereka.



Sumber | gamstop.co.uk

Program perlindungan pemain yang inovatif telah menjadi standar industri judi *online*, contohnya melalui fitur GamStop yang memungkinkan pemain untuk mengecualikan diri dari semua situs judi berlisensi Inggris sekaligus, serta alat pengaturan batas waktu dan deposit yang wajib disediakan oleh operator.

Dalam upaya pengembangan kebijakan berbasis bukti, pemerintah Inggris berinvestasi besar dalam penelitian melalui GambleAware dan universitas terkemuka, seperti studi longitudinal yang dilakukan University of Oxford untuk menganalisis pola perjudian *online* dan efektivitas intervensi pencegahan kecanduan.

11.6 Analisis dan Pelajaran yang Dapat Diambil

Penanganan judi *online* dilakukan melalui pemblokiran situs ilegal yang diterapkan Singapura, kemitraan industri oleh Inggris, dan pendekatan holistik dari Kanada. Dalam aspek edukasi, program sekolah diutamakan Singapura, sementara Inggris berfokus pada pengembangan kontrol diri. Untuk pencegahan, Kanada menerapkan kampanye kesadaran *multi-platform* dengan melibatkan berbagai pemangku kepentingan untuk mencapai efektivitas dan cakupan luas.

Program pemulihan di ketiga negara menunjukkan komitmen yang kuat dalam menyediakan dukungan komprehensif. Di Australia dengan Gambling's not a game, Swedia Stödlinjen, Singapura melalui NCPG-nya, dan Inggris dengan program GamStop-nya, masing-masing menawarkan layanan konseling, terapi, dan dukungan keluarga yang terintegrasi.

Kolaborasi *multi-stakeholder* muncul sebagai faktor kunci keberhasilan di semua negara. Model kemitraan Inggris dengan industri, pendekatan preventif Singapura yang melibatkan berbagai lembaga, dan sistem holistik Kanada yang mengintegrasikan berbagai pihak, semuanya menunjukkan pentingnya kerja sama lintas sektor dalam menangani masalah judi *online* secara efektif.

Pengalaman ketiga negara ini memberikan pembelajaran berharga bahwa penanganan masalah judi *online* membutuhkan pendekatan multi-dimensi yang mencakup regulasi ketat, edukasi komprehensif, layanan pemulihan yang *accessible*, dan kolaborasi yang kuat antar pemangku kepentingan. Keberhasilan program-program ini dapat menjadi model bagi negara lain dalam mengembangkan strategi penanganan judi *online* yang efektif.

BAB

12

**Regulasi untuk
Penangan
Judi Online**

12.1 Pengantar

Untuk mengatasi masalah judi *online* secara efektif, diperlukan kebijakan yang komprehensif dan terkoordinasi yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan. Pengalaman dari negara-negara seperti Singapura, Inggris, dan Kanada menunjukkan bahwa keberhasilan program penanganan judi *online* bergantung pada integrasi berbagai elemen kebijakan yang saling mendukung.

Bab terakhir ini akan mencakup aspek regulasi terkait judi *online* seperti program pencegahan melalui edukasi dan kampanye kesadaran, serta layanan dukungan yang meliputi konseling, terapi, dan pendampingan keluarga. Ini bertujuan untuk membangun kerangka kerja yang efektif dalam melindungi masyarakat dari dampak negatif judi *online* dan menyediakan dukungan komprehensif bagi mereka yang berjuang dengan kecanduan, dengan mempertimbangkan pentingnya kolaborasi antara pemerintah, industri, dan organisasi masyarakat sipil.

12.2 Regulasi dan Pengawasan

Maraknya praktik judi *online* di Indonesia telah menciptakan kekhawatiran serius di kalangan masyarakat dan pembuat kebijakan. Meski dilarang secara hukum, aktivitas ini terus berkembang melalui berbagai platform digital. Berikut analisis mengenai langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah ini:

Penguatan Pengawasan dan Penegakan Hukum

Pemerintah telah memblokir ribuan situs judi *online*, namun masih banyak yang beroperasi. Langkah-langkah tambahan yang diperlukan meliputi:

- Kolaborasi dengan bank sentral untuk memblokir transaksi terkait judi.
- Pembentukan unit siber khusus atau *task force* untuk melacak operator ilegal.
- Kerja sama internasional dalam memberantas sindikat judi lintas negara.

Pembatasan Iklan dan Promosi

Praktik promosi judi *online* semakin agresif, terutama di media sosial. Untuk melindungi kelompok rentan, diperlukan:

- Regulasi ketat tentang konten iklan di *platform* digital.
- Sanksi berat bagi *influencer* yang mempromosikan judi *online*.
- Program edukasi tentang bahaya judi untuk remaja dan keluarga.
- Pemblokiran iklan yang menargetkan pengguna di bawah umur.

Implementasi langkah-langkah ini membutuhkan koordinasi antara berbagai pemangku kepentingan, termasuk pemerintah, penegak hukum, *platform digital*, dan masyarakat sipil. Pengalaman internasional menunjukkan bahwa pendekatan komprehensif ini dapat efektif dalam mengurangi dampak negatif judi *online* sekaligus melindungi kelompok rentan dalam masyarakat.

12.4 Layanan Dukungan dan Rehabilitasi

Menyediakan layanan dukungan dan rehabilitasi yang komprehensif bagi individu yang berjuang dengan kecanduan judi. Berikut adalah layanan yang bisa dilakukan di Indonesia:

Layanan Konseling dan Terapi

- Mengatasi stigma kesehatan mental terkait kecanduan judi.
- Menyediakan layanan konseling online untuk akses anonim.
- Bekerja sama dengan platform kesehatan mental seperti Halodoc atau Alodokter.

Program Rehabilitasi Holistik

- Mencakup terapi individu untuk mengatasi pola pikir dan perilaku.
- Mengadakan terapi kelompok untuk membangun sistem dukungan sesama.
- Melibatkan keluarga dalam proses pemulihan.
- Mengintegrasikan konsep “gotong royong” dalam program.

Pusat Bantuan 24/7

- Menyediakan dukungan darurat yang selalu tersedia.
- Membentuk *hotline* nasional khusus untuk kecanduan judi.
- Menyediakan layanan *chat online* dan aplikasi *mobile*.

Kampanye Kesadaran Publik

- Mengedukasi masyarakat tentang bahaya judi *online*
- Menyebarkan informasi tentang ketersediaan bantuan

Pendekatan Komprehensif

- Bertujuan untuk menangani masalah judi *online* secara efektif
- Memberikan harapan dan dukungan bagi pecandu judi

Maka rekomendasi untuk mengatasi judi *online* di Indonesia, diperlukan: layanan konseling terjangkau, program rehabilitasi *holistik*, pusat bantuan 24/7, kolaborasi multisektor, dan kampanye kesadaran publik. Pendekatan komprehensif ini bertujuan mengurangi *stigma*, menyediakan dukungan berkelanjutan, dan memberikan harapan bagi mereka yang terjebak dalam kecanduan judi.

12.5 Kolaborasi Lintas Sektor

Kolaborasi antara pemerintah, industri, dan organisasi *non-profit* sangat penting dalam upaya pencegahan dan pemulihan. Berikut kegiatan yang bisa dilakukan dari bentuk kolaborasi lintas sektor antara lain:

Kemitraan dengan Lembaga Non-Profit

- Kolaborasi dengan organisasi seperti Yayasan Cinta Anak Bangsa (YCAB)
- Mengintegrasikan program pencegahan ke dalam kurikulum sekolah
- Menyediakan pelatihan untuk konselor kecanduan
- Mengadakan *workshop* pemulihan berbasis komunitas

Inisiatif Komunitas

- Membentuk kelompok dukungan sebaya di tingkat lokal
- Menyelenggarakan kampanye kesadaran melalui media sosial
- Mengadakan seminar dan *talkshow* tentang bahaya judi *online*
- Menyediakan materi edukasi dalam bahasa daerah

Pendekatan holistik melibatkan regulasi industri, kemitraan *non-profit*, dan pemberdayaan komunitas. Strategi ini mencakup perlindungan pemain, edukasi preventif, dan dukungan pemulihan. Implementasi efektif membutuhkan kolaborasi *multistakeholder*, termasuk pemerintah, industri, dan masyarakat sipil. Fokus pada pencegahan dan pemulihan diharapkan dapat mengurangi dampak negatif judi *online* di Indonesia.

12.6 Teknologi untuk Pencegahan dan Dukungan

Memanfaatkan teknologi untuk mendukung upaya pencegahan dan pemulihan dari kecanduan judi. Berikut pengembangan dari teknologi yang bisa dilakukan di Indonesia untuk mencegah judi *online*:

Teknologi Pemblokiran Situs Judi

- Kerja sama dengan ISP untuk memblokir akses ke situs judi
- Pengembangan sistem deteksi otomatis untuk situs judi baru
- Implementasi filter DNS tingkat nasional
- Edukasi publik tentang risiko mengakses situs judi

Platform Edukasi Online

- Kursus interaktif tentang risiko judi *online*
- Webinar dengan pakar kecanduan dan mantan penjudi
- Forum diskusi moderasi untuk berbagi pengalaman dan dukungan
- Materi edukasi dalam berbagai format (video, infografis, podcast)
- Kuis dan permainan edukatif untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya judi *online*

Pendekatan teknologi ini mencakup intervensi personal melalui aplikasi, penegakan hukum digital, dan edukasi massal *online*. Strategi ini memanfaatkan inovasi digital untuk pencegahan, kontrol, dan edukasi tentang judi *online*. Implementasi efektif memerlukan kolaborasi antara pengembang teknologi, regulator, dan ahli kesehatan mental. Fokusnya adalah memberdayakan individu dan masyarakat dalam menghadapi risiko judi *online*.

12.7 Riset dan Pengembangan

Investasi dalam riset dan pengembangan sangat penting untuk memahami dan mengatasi masalah judi *online*. Dalam jangka panjang, hal-hal berikut bisa diimplementasi bersama-sama:

Pengumpulan Data dan Statistik

- Survei nasional berkala tentang prevalensi judi *online*
- Analisis demografi kelompok rentan (usia, gender, status sosial ekonomi)
- Pelacakan tren judi *online* melalui big data dan analitik
- Evaluasi efektivitas program pencegahan dan rehabilitasi yang ada
- Pembentukan database nasional untuk data terkait judi *online*
- Publikasi laporan tahunan tentang status judi *online* di Indonesia

Inovasi Teknologi Pencegahan

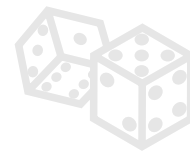
- Pengembangan AI untuk deteksi dini perilaku judi bermasalah
- Implementasi teknologi *blockchain* untuk transparansi transaksi judi
- Penciptaan alat pengontrolan diri berbasis biometrik (sidik jari, pengenalan wajah)
- Pengembangan sistem pemblokiran situs yang dapat dipersonalisasi
- Integrasi teknologi VR/AR untuk terapi eksposur
- Penciptaan game edukasi untuk meningkatkan kesadaran tentang risiko judi

Pendekatan ini menekankan pentingnya riset berbasis bukti, pengumpulan data komprehensif, dan inovasi teknologi dalam menangani masalah judi *online*. Strategi ini bertujuan untuk memahami akar masalah, mengidentifikasi kelompok rentan, dan mengembangkan solusi inovatif. Implementasi efektif membutuhkan investasi berkelanjutan, kolaborasi multidisiplin, dan adaptasi terhadap perkembangan teknologi terbaru dalam industri judi *online*.

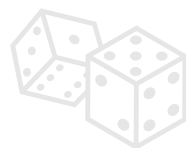
12.8 Kesimpulan

Rekomendasi kebijakan yang komprehensif dan terkoordinasi adalah kunci dalam mengatasi masalah judi *online* di Indonesia. Dengan mengimplementasikan regulasi yang ketat, pemerintah dapat membatasi akses ke *platform* judi dan memastikan operator yang berlisensi mematuhi standar perlindungan konsumen yang tinggi. Meningkatkan pendidikan dan kesadaran melalui kampanye nasional dan integrasi ke kurikulum sekolah akan membantu mencegah kecanduan sejak dini.

Penyediaan layanan dukungan yang komprehensif, termasuk konseling, rehabilitasi, dan *hotline* 24/7, sangat penting untuk membantu mereka yang sudah terjebak dalam kecanduan. Mendorong kolaborasi lintas sektor antara pemerintah, industri, LSM, dan komunitas akan menghasilkan pendekatan *holistik* yang lebih efektif. Memanfaatkan teknologi untuk pemantauan, pencegahan, dan intervensi dini dapat meningkatkan efektivitas upaya penanganan. Terakhir, berinvestasi dalam riset dan pengembangan akan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dinamika judi *online* di Indonesia dan memungkinkan pengembangan solusi yang lebih tepat sasaran. Upaya bersama ini akan membantu menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan mendukung bagi semua individu, mengurangi dampak negatif judi *online* pada masyarakat Indonesia.



Daftar Pustaka



Referensi

- Alamsyah Bayu & Levina Yustitiningtyas. (2023). Pemberantasan tindak pidana judi online higgs domino island berdasarkan hukum nasional. *Journal Equitable*. <https://doi.org/10.37859/jeq.v8i3.5133>
- Alizadeh, A. (2022). *Design and Implementation of a Web-Based Editor Optimized for Online Gambling Games (Master's thesis)*.
- Alizadehgoradel Jaber , Mina Taherifard, & Marie-Anne Vanderhasselt. (2023). Safety and efficacy of intensified electrical stimulation targeting dorsolateral prefrontal cortex for the treatment of gambling disorder associated with online sports betting: A case report. *International Gambling Studies*. <https://doi.org/10.1080/14459795.2023.2240873>
- Aris Grande-Gosende, Carla López-Núñez, Gloria García-Fernández, Jeffrey L. Derevensky, & José Ramón Fernández-Hermida. (2020). Systematic Review of Preventive Programs for Reducing Problem Gambling Behaviors Among Young Adults. *Journal of Gambling Studies*, 36(1), 1–22. <https://doi.org/10.1007/S10899-019-09866-9>
- Balcerowska Julia & Julia Brailovskaia. (2024). Psychopathological Symptoms and Social Networking Sites Addiction in Poland and Germany: The Role of Fear of Missing Out and Preference for Online Social Interaction. *Computers in Human Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108240>
- Baumeister Harald , Jiayi Lin, & David Daniel Ebert. (2017). [Internet and mobile-based approaches: Psycho-social diagnostics and treatment in medical rehabilitation]. *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*, 60(4), 436–444. <https://doi.org/10.1007/S00103-017-2518-9>
- Budiman Ramdani, Nurul Ayu Romadini, Muhammad Ardhana Herwandi Aziz, & Agasta Gumelar Pratama. (2022). The Impact of Online Gambling Among Indonesian Teens and Technology. *IAIC Transactions on Sustainable Digital Innovation (ITSDI)*, 3(2), 162–167. <https://doi.org/10.34306/itsdi.v3i2.559>
- Casabona Salvatore . (2014). *The EU's online gambling regulatory approach and the crisis of legal modernity*. EU Centre Singapore Working Paper No. 19, January 2014.
- Cemiloglu, D. A. (2023). *Explainable persuasion for persuasive interfaces: the case of online gambling (Doctoral dissertation, Bournemouth University)*.
- Chóliz Mariano, Marta Marcos, & Francisco Bueno. (2021). Ludens: A Gambling Addiction Prevention Program Based on the Principles of Ethical Gambling. *Journal of Gambling Studies*, 1–16. <https://doi.org/10.1007/S10899-021-10066-7>
- Christopher Woodruff & Susan R. Gregory. (2005). Profile of Internet Gamblers: Betting on the Future. *UNLV Gaming Research & Review Journal*, 9(1), 1–14.
- Charonitaki Aikaterini , Irina Zhuravliova, & Konstantinos Koskinas (2020). *Psychosociology of Addiction and Rehabilitation: Construction of a Psychometric Instrument for screening problem and pathological gambling*. 3(1), 4–46. <https://doi.org/10.12681/HOMVIR.23382>
- Dash, M., & Howard, E. (2024). The Impact of Online Gambling on Mental Health in New Zealand: A Comparative Study. *Valley International Journal Digital Library*, 1069-1080.
- Díaz-Sanahuja Laura , Carlos Suso-Ribera, Ignacio Lucas, Susana Jiménez-Murcia, Cintia Tur, Patricia Gual-Montolio, Macarena Paredes-Mealla, Azucena García-Palacios, & Juana Bretón-López. (2024). A Self-Applied Psychological Treatment for Gambling-Related Problems via The Internet: A Pilot, Feasibility Study. *Journal of Gambling Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10899-024-103182>

- Drosatos George , Fotis Nalbadis, Emily Arden-Close, Victoria Baines, Elvira Bolat, Laura Vuillier, Theodoros Kostoulas, Sonia Wasowska, Maris Bonello, Jane Palles, John McAlaney, Keith Phalp, & Raian Ali. (2018). *Empowering responsible online gambling by real-time persuasive information systems*. 1–11
- Eben Charlotte , Zhang Chen, Joël Billieux, & Frederick Verbruggen (2022). Outcome sequences and illusion of control—Part I: An online replication of Langer & Roth (1975). *International Gambling Studies*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/14459795.2022.2133906>
- Echeburúa Enrique & Pedro J. Amor. (2021). *Psychological Management of Gambling Disorder With or Without Other Psychiatric Comorbidities* (pp. 929–942). https://doi.org/10.1007/9783030-36391-8_65
- Egerer Michael & Virve Marionneau. (2023). Blocking measures against offshore online gambling: A scoping review. *International Gambling Studies*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/14459795.2023.2190372>
- Ellison, C. G., & McFarland, M. J. (2011). Religion and Gambling Among U.S. Adults: Exploring the Role of Traditions, Beliefs, Practices, and Networks*. *Journal for the Scientific Study of Religion*. <https://doi.org/10.1111/J.1468-5906.2010.01553.X>
- Fiedler Ingo. (2018). Regulation of online gambling. *Economics and Business Letters*, 7(4), 162–168. <https://doi.org/10.17811/EBL.7.4.2018.162-168>
- Folkvord, F., Codagnone, C., Bogliacino, F., Veltri, G., Lupiáñez-Villanueva, F., Ivchenko, A., & Gaskell, G. (2019). *Experimental evidence on measures to protect consumers of online gambling services*.
- Gainsbury Sally M. . (2012). *Responsible Gambling Strategies* (pp. 103–113). https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3390-3_7
- Gainsbury Sally 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>
- S.M & Robert T. Wood. (2011). Internet gambling policy in critical comparative perspective: The effectiveness of existing regulatory frameworks. *International Gambling Studies*, 11(3), 309–323. <https://doi.org/10.1080/14459795.2011.619553>
- S.M, & Blaszczynski, A. (2016). Online self-guided interventions for the treatment of problem gambling. *In Exploring Internet Gambling* (pp. 31-50). Routledge.
- Gema Aonso Diego, Ángel García Pérez, & Andrea Krotter. (2024). *Impact of Spanish gambling regulations on online gambling behavior and marketing strategies*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4742141/v1>
- Giordano Rosaria , M.A. Donati, Lorenzo Zamboni, Francesca Fusina, Caterina Primi, & Fabio Lugoboni. (2022). Alter Game: A Study Protocol on a Virtual “Serious Game” for Relapse Prevention in Patients With Gambling Disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.854088>
- Giosan, C., Ciubara, A. B., Stoleriu, G., Burlea, L. S., CARMFIL, S. M., & Ciubara, A. (2024). Gambling Addiction among Teenagers: Risk Factors, Protective Factors, Prevention. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 15(1), 41-45.
- Hendarto Daniel Hasianto & Riska Sri Handayani. (2024). *Pencegahan Kejahatan Siber Terkait Distribusi Perjudian Online di Indonesia dalam Rangka Mewujudkan Keamanan dan Ketertiban Masyarakat*. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i5.1136>
- Handelman Sapir. (2009). Thought Manipulation: The Use and Abuse of Psychological Trickery. Septu Haudli Bakhtiar & Azizah Nur Adilah. (2024). Fenomena Judi Online: Faktor, Dampak, Pertanggung jawaban Hukum. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.10547>
- Hodgins, D. C., Fick, G. H., Murray, R., & Cunningham, J. A. (2013). Internet-based interventions for disordered gamblers: study protocol for a randomized controlled trial of online self-directed cognitive-behavioural motivational therapy. *BMC Public Health*, 13, 1-8.

Ivantchev Boyan & Madlen Ivantcheva. (2024). FOMO effect: Social media and online traders. *Journal of Management and Financial Sciences*. <https://doi.org/10.33119/jmfs.2023.48.4>

Jawad, C., & Griffiths, S. (2008). Preventing Problem Gambling on the Internet through the Use of Social Responsibility Mechanisms. <https://doi.org/10.1163/EJ.9789004172180.1-254.68>

Khresna Adityo Fathor, Fauzan Putra Gani, & Mohamad Zein Saleh (2023). *Fenomena Iklan Judi Online Pada Platform Digital Generasi Z Di Indonesia*. <https://doi.org/10.55606/optimal.v4i1.2629>

Killick Elizabeth A. & Mark D. Griffiths. (2021). Why Do Individuals Engage in In-Play Sports Betting? A Qualitative Interview Study. *Journal of Gambling Studies*, 37(1), 221–240. <https://doi.org/10.1007/S10899-020-09968-9>

Kim Hyoun S. , Michael J. A. Wohl, Rina Gupta, & Jeffrey L. Derevensky. (2017). Why do young adults gamble online? A qualitative study of motivations to transition from social casino games to online gambling. *Asian Journal of Gambling Issues and Public Health*, 7(1), 6–6. <https://doi.org/10.1186/S40405-017-0025-4>

Kustiawan, W. (2023). Perananan Bimbingan Agama Dalam Mencegah Perjudian Online pada Kalangan Remaja di Desa Kuta Ujung Kecamatan Darul Hasanah Kabupaten Aceh Tenggara. *Eduinovasi*. <https://doi.org/10.47467/edui.v3i2.3301>.

Laffey Des , Vincent Della Sala, & Kathryn Laffey. (2016). Patriot games: The regulation of online gambling in the European Union. *Journal of European Public Policy*, 23(10), 1425–1441. <https://doi.org/10.1080/13501763.2015.1105281>

Lampard, R. (2004). Church Responses to Gambling. *Political Theology*. <https://doi.org/10.1558/POTH.2004.5.2.219>

López-Torres Isabel , Leticia León-Quismondo, & Angela Ibáñez. (2021). Impulsivity, Lack of Premeditation, and Debts in Online Gambling Disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 618148–618148. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2020.618148>

Malischnig Doris . (2014). ONLINE GAMING Potential risks and forms of prevention *GLÜCKSSPIELE IM INTERNET Gefahrenpotenziale und mögliche Formen der Prävention*.

Manalu Hendri Saputra . (2019). *Penegakan Hukum Terhadap Pelaku Tindak Pidana Perjudian Online*. 2(2), 428–539. <https://doi.org/10.34007/JEHSS.V2I2.102>

Maynard Brandy R. , Alyssa N. Wilson, Elizabeth M Labuzienski, Seth W. Whiting, & Seth W. Whiting. (2018). Mindfulness-Based Approaches in the Treatment of Disordered Gambling A Systematic Review and Meta-Analysis. *Research on Social Work Practice*, 28(3), 348–362. <https://doi.org/10.1177/1049731515606977>

McCormack, A., Shorter, G. W., & Griffiths, M. D. (2013). Characteristics and predictors of problem gambling on the internet. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11, 634–657.

Meng Matthew D. & R. Bret Leary. (2021). The Effect of Skeuomorphic Digital Interfaces on the Illusion of Control over Gambling Outcomes. *Journal of Gambling Studies*, 37(2), 623–642. <https://doi.org/10.1007/S10899-020-09961-2>

Mide Mikael , Jessica Mattiasson, David Norlin, Helena Sehlin, Josefine Rasmusson, Sofia Ljung, Amanda Lindskog, Jonna Petersson, Fanny Saavedra, & Anna Söderpalm Gordh. (2023). Internet-delivered therapist-assisted cognitive behavioral therapy for gambling disorder: A randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1243826>

Monaghan, S. M., & Wood, R. T. A. (2010). Internet-based interventions for youth dealing with gambling problems. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*.

Morse Edward A. . (2016). Regulation of online gambling. *Social Science Research Network*. <https://doi.org/10.4337/9781783479924.00041>

- Mowrer Timothy , Jeffrey W. Wimer, Rebecca J. Mowrey, & Daniel F. O'Neill. (2016). A Study of NCAA Gambling Prevention Videos on Gambling Perceptions Within a NCAA Division II Baseball Team. *Journal of Intercollegiate Sport*, 9(2), 379–400. <https://doi.org/10.1123/JIS.2015-0053>
- Müller, K. W., Wölfling, K., Dickenhorst, U., Beutel, M. E., Medenwaldt, J., & Koch, A. (2017). Recovery, relapse, or else? Treatment outcomes in gambling disorder from a multicenter follow-up study. *European Psychiatry*, 43, 28-34
- Na, S., Blackmore, S., Chung, D., O'Brien, M., Banker, S. M., Heflin, M., ... & Gu, X. (2022). Computational mechanisms underlying illusion of control in delusional individuals. *Schizophrenia research*, 245, 50-58
- Naila Ainaiya, Alya Hadziqo Sae Saiffy, & Revienda Anita Fitrie. (2024). Analisis Pengambilan Keputusan Kebijakan Dalam Penanganan Perjudian Online. *Eksekusi/Eksekusi, Makassar*, 2(2), 505–518. <https://doi.org/10.55606/eksekusi.v2i2.1225>
- Notten, N. (2013). Risicogedrag en het wereldwijde web-De invloed van gezin en samenleving op het online risicogedrag van adolescenten vanuit een Europees perspectief. *Mens en maatschappij*, 88(4), 350-374
- Neumann Peter G. . (1998). Internet gambling. *Communications of The ACM*, 41(2), 112. <https://doi.org/10.1145/269012.269027>
- O'Neill Katy . (2017a). *Motivational Interviewing for Problem Gambling* (pp. 19–25). https://doi.org/10.1007/978-3-319-62485-3_3
- O'Neill Katy . (2017b). *Relapse Prevention in Problem Gambling* (pp. 95–102). https://doi.org/10.1007/978-3-319-62485-3_10
- Padlah, S. Nurul, Latifa, I., & Yuhanah, N. (2024). Peran Majelis Pemberdayaan Masyarakat Muhammadiyah Dalam Menanggulangi Kasus Judi Online <https://doi.org/10.62083/kfpy6447>
- Permana Deni Yusup , Mohamad Sigit Gunawan, & Retno Widayani (2024). *Public Policy on Countering Online Gambling in Indonesia*. <https://doi.org/10.62885/polisci.v1i6.377>
- Parrado-González, A., & León-Jariego, J. C. (2020). Exposure to gambling advertising and adolescent gambling behaviour. Moderating effects of perceived family support. *International gambling studies*, 20(2), 214-230.
- Pitnava Lasha . (2022). Online Gambling Business Regulation in Foreign Countries and in Georgia. *Ekonomika*, 105(6–8), 187–195. <https://doi.org/10.36962/ecs/105/6-8/2022-187>
- Putra, M. (2023). Strategi penyuluh agama dalam menghadapi judi online di kalangan masyarakat. *Masyarakat Madani: Jurnal Kajian Islam Dan Pengembangan Masyarakat*. <https://doi.org/10.24014/jmm.v8i1.20309>
- Rappaport, M. N., Barnett, R. A., Shah-Hosseini, B., & Cossack, D. A. (2014). *Prevention and intervention assistance system*
- Rina Susanti. (2021). *JUDI ONLINE DAN KONTROL SOSIAL MASYARAKAT PEDESAAN (Online Gambling and Social Control of Rural Communities)*. 10(1), 86–95. <https://doi.org/10.33772/ETNOREFLIKA.V10I1.1094>
- Ladouceur Robert, Paige M. Shaffer, Alex Blaszczynski, & Howard J. Shaffer. (2017). Responsible gambling: A synthesis of the empirical evidence. *Addiction Research & Theory*, 25(3), 225235. <https://doi.org/10.1080/16066359.2016.1245294>
- Monaghan Sally M & Richard T A Wood. (2010). Internet-based interventions for youth dealing with gambling problems. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 22(1), 113–128.
- Monaghan, S. M., & Wood, R. T. A. (2010). Internet-based interventions for youth dealing with gambling problems. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*.
- Morse Edward A. . (2016). Regulation of online gambling. *Social Science Research Network*. <https://doi.org/10.4337/9781783479924.00041>
- Santos Sofia & Nathália Novaretti. (2023). *Dopaminergic pathways and their addictions: Gambling on dopamine*. 2(1). <https://doi.org/10.56238/isevmjv2n1-004>

Serna, C., García-Perales, J., & Martínez, I. (2023). Protective and risk parenting styles for internet and online gambling addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2023(1), 6674541.

Shi, J., Colder Carras, M., Potenza, M. N., Turner, N., & Turner, N. (2021). A Perspective on Age Restrictions and Other Harm\ Reduction Approaches Targeting Youth Online Gambling, Considering Convergences of Gambling and Videogaming. *Frontiers in Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2020.601712>

Snippe, L., Boffo, M., Stewart, S. H., Dom, G., & Wiers, R. W. (2019). Innovative treatment approaches in gambling disorder. *Gambling disorder*, 195-233.

St Quinton, T., & Morris, B. (2021). Gambling Prevention Mobile Applications: Understanding the Inclusion and Use of Behaviour Change Techniques. *Journal of Gambling Issues*, 48

Tadpatrikar, A., Sharma, M. K., Shantharaju, S., & Thakur, P. C. (2022). Intervention for Technology use among Families with Adolescents: A Case Series. *Journal of Psychiatry Spectrum*. https://doi.org/10.4103/jopsys.jopsys_10_21

Triguero Isabel Sales & Alexis Cloquell Lozano. (2021). *La adicción al juego online entre los adolescentes españoles. Propuestas de prevención en el marco educativo*. 59, 85–103. https://doi.org/10.46583/EDETANIA_2021.59.810

O'Neill Katy . (2017a). *Motivational Interviewing for Problem Gambling* (pp. 19–25). https://doi.org/10.1007/978-3-319-62485-3_3

O'Neill Katy . (2017b). *Relapse Prevention in Problem Gambling* (pp. 95–102). https://doi.org/10.1007/978-3-319-62485-3_10

Udi Noor Mukhammad, Yulita Ayun Nira, & Defri Hartanto. (2024). Sosialisasi UU ITE tentang Bersosial Media dengan Benar dan Bahaya Judi Online. *Muria Jurnal Layanan Masyarakat*, 6(1), 51–55. <https://doi.org/10.24176/mjlm.v6i1.12898>

Valverde, E. M. P., & Yurrebaso, A. (2021). *El programa Apuesta portu vida, ejemplo de la intervención en adicciones desde las políticas sociales*.

Walque, D. de. (2013). *Using Economic Mechanisms to Reduce Risky Behaviors: Tax Policies and Other Incentives*.

Wibowo Heri & Muhamad Hasan Sebyar. (2024). Application of the Consumer Protection Law in Electronic Transactions. *Indonesian Journal of Applied and Industrial Sciences*, 3(3), 301–318. <https://doi.org/10.55927/esa.v3i3.9271>

Wolfschlag, M., & Håkansson, A. (2023). Drug-induced gambling disorder: epidemiology, neurobiology, and management. *Pharmaceutical medicine*, 37(1), 37-52.

Zack Martin, Ross St. George, & Luke Clark. (2020). Dopaminergic signaling of uncertainty and the aetiology of gambling addiction. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 99, 109853. <https://doi.org/10.1016/J.PNPBP.2019.109853>

Zimina Anna, Svetlana Gurieva, & Takeyasu Kawabata. (2021). *Transformation of the value- and- sense sphere of gamblers undergoing rehabilitation program*. 1(1), 99–115. <https://doi.org/10.35750/2713-0622-2021-1-99-115>



Anti Judi Online: **Pendekatan** **Komprensif**

