

PENGARUH JUDI ONLINE TERHADAP TINGKAT DEPRESI DAN KECEMASAN PADA SISWA MTs TANJUNG GENTING

Dion Alfandi^{1*}, Reno Diqqi Alghzali²

¹²Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu
Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Kerinci

Email: dionalfandi2@gmail.com^{1*}, renodiqqialghzali@gmail.com²

Abstrak

Perkembangan perjudian berbasis internet meningkatkan akses remaja terhadap aktivitas taruhan yang berpotensi berkaitan dengan masalah psikologis. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan dan kontribusi statistik tingkat masalah judi online terhadap depresi dan kecemasan pada siswa MTs Tanjung Genting. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sampel berjumlah 32 siswa yang dipilih secara purposive. Tingkat masalah perjudian diukur menggunakan Problem Gambling Severity Index (PGSI) versi Indonesia, sedangkan depresi dan kecemasan diukur menggunakan Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21) versi Indonesia. Analisis meliputi statistik deskriptif, uji Shapiro-Wilk, korelasi Pearson, dan regresi linear sederhana. Hasil menunjukkan rerata skor PGSI sebesar 6,88 (SD = 3,65), skor depresi 16,31 (SD = 7,87), dan skor kecemasan 17,00 (SD = 8,99). Skor PGSI berkorelasi positif dengan depresi ($r = 0,720$; $p < 0,001$) dan kecemasan ($r = 0,672$; $p < 0,001$). Regresi linear sederhana menunjukkan bahwa skor PGSI menjelaskan 51,8% variasi skor depresi ($R^2 = 0,518$) dan 45,2% variasi skor kecemasan ($R^2 = 0,452$). Temuan menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat masalah judi online, semakin tinggi pula gejala depresi dan kecemasan pada responden penelitian. Pencegahan berbasis sekolah perlu mengintegrasikan literasi digital, edukasi risiko perjudian, penguatan regulasi diri, layanan bimbingan dan konseling, serta keterlibatan orang tua. Karena desain penelitian bersifat cross-sectional, hasil ini menunjukkan hubungan dan kontribusi statistik dan tidak dapat ditafsirkan sebagai bukti sebab-akibat.

Kata kunci : judi online, depresi, kecemasan, remaja, siswa MTs

Abstract

The expansion of internet-based gambling has increased adolescents' access to betting activities that may be associated with psychological problems. This study aimed to analyze the relationship and statistical contribution of online gambling problem severity to depression and anxiety among students at MTs Tanjung Genting. A quantitative approach with a cross-sectional design was employed. The sample consisted of 32 students selected purposively. Gambling problem severity was measured using the Indonesian version of the Problem Gambling Severity Index (PGSI), while depression and anxiety were measured using the Indonesian version of the Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21). The analyses included descriptive statistics, the Shapiro-Wilk test, Pearson correlation, and simple linear

regression. The results showed a mean PGSI score of 6.88 (SD = 3.65), a depression score of 16.31 (SD = 7.87), and an anxiety score of 17.00 (SD = 8.99). PGSI scores were positively correlated with depression ($r = 0.720$; $p < 0.001$) and anxiety ($r = 0.672$; $p < 0.001$). Simple linear regression showed that PGSI scores explained 51.8% of the variance in depression scores ($R^2 = 0.518$) and 45.2% of the variance in anxiety scores ($R^2 = 0.452$). The findings indicate that higher online gambling problem severity was associated with higher symptoms of depression and anxiety among the respondents. School-based prevention should integrate digital literacy, gambling-risk education, self-regulation strengthening, guidance and counseling services, and parental involvement. Because the study used a cross-sectional design, the results indicate statistical relationships and contributions and should not be interpreted as evidence of causality.

Keywords : online gambling, depression, anxiety, adolescents, MTs students

PENDAHULUAN

Transformasi digital telah mengubah berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk pola komunikasi, hiburan, transaksi, dan konsumsi media. Di sisi lain, digitalisasi juga membuat aktivitas berisiko seperti perjudian dapat diakses secara cepat melalui telepon pintar dan platform berbasis internet. World Health Organization (WHO, 2024) menempatkan perjudian sebagai isu kesehatan masyarakat karena dampaknya tidak hanya berupa kerugian finansial, tetapi juga dapat mencakup gangguan hubungan, tekanan psikologis, masalah kesehatan mental, dan peningkatan risiko bunuh diri. Kerentanan tersebut menjadi penting ketika perjudian melibatkan remaja. WHO (2025) memperkirakan sekitar satu dari tujuh remaja usia 10-19 tahun mengalami kondisi kesehatan mental, sementara kecemasan dan depresi termasuk masalah utama yang memengaruhi fungsi sosial dan pendidikan. Dengan demikian, perluasan akses digital dan kerentanan perkembangan remaja membentuk konteks yang relevan untuk memahami dampak psikologis perjudian online.

Perjudian online memiliki karakteristik yang dapat meningkatkan keterlibatan pengguna, seperti akses sepanjang waktu, anonimitas, variasi permainan, kecepatan transaksi, serta pemberian imbalan yang tidak pasti. Karakter tersebut berpotensi semakin menarik bagi remaja yang secara perkembangan masih membangun kemampuan pengendalian diri, penilaian risiko, dan pengambilan keputusan. Montiel et al. (2021) menunjukkan bahwa perjudian online bermasalah telah teridentifikasi pada populasi remaja di berbagai negara, sedangkan Richard dan King (2023) menegaskan bahwa keterlibatan pada bentuk perjudian baru dan aktivitas yang menyerupai perjudian dapat menjadi bagian dari lintasan menuju problem gambling. Pada tingkat individual, impulsivitas, pencarian sensasi, afek negatif, dan distorsi kognitif berkaitan dengan keparahan perjudian; pada tingkat sosial, pengaruh teman sebaya dan keluarga juga

dapat memperbesar risiko (Cosenza et al., 2019; Zhai et al., 2017). Studi Sohn dan Son (2024) bahkan menunjukkan bahwa perjudian teman sebaya dan tekanan kelompok merupakan prediktor penting problem gambling pada remaja yang berjudi secara online.

Di Indonesia, urgensi isu tersebut semakin terlihat dari data nasional mengenai judi online dan kesehatan mental remaja. Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan (PPATK, 2024) melaporkan sekitar empat juta pemain judi online, dengan kurang lebih 440.000 pemain berada pada rentang usia 10-20 tahun. Pada saat yang sama, Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey menemukan bahwa 34,9% remaja usia 10-17 tahun mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir dan 5,5% memenuhi kriteria gangguan mental; gangguan kecemasan merupakan gangguan yang paling banyak ditemukan (Wahdi et al., 2022). Survei Kesehatan Indonesia 2023 juga menunjukkan bahwa prevalensi depresi tertinggi terdapat pada kelompok usia muda 15-24 tahun dibandingkan kelompok usia lain (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024). Data tersebut berasal dari populasi dan instrumen yang berbeda, sehingga tidak dapat dipadankan secara langsung, tetapi secara bersama-sama memperlihatkan bahwa perilaku perjudian digital dan masalah kesehatan mental sama-sama relevan dalam konteks kelompok usia muda Indonesia.

Secara teoritis, hubungan antara judi online, depresi, dan kecemasan dapat dijelaskan melalui mekanisme penguatan, regulasi emosi, dan konsekuensi stres. Kemenangan yang muncul secara tidak menentu dapat mempertahankan perilaku melalui intermittent reinforcement, sedangkan kerugian dapat mendorong perilaku mengejar kerugian dan munculnya keyakinan keliru mengenai peluang menang. Dalam situasi yang semakin bermasalah, individu dapat mengalami rasa bersalah, konflik dengan keluarga, tekanan finansial, gangguan tidur, dan kekhawatiran terus-menerus. Sagoe et al. (2017) menemukan hubungan antara perilaku perjudian dan gejala kesehatan mental pada transisi remaja menuju dewasa awal. Afifi et al. (2016) menunjukkan hubungan longitudinal antara perjudian berisiko/bermasalah dan gangguan mental pada dewasa muda, sedangkan Richard et al. (2020) menemukan asosiasi yang konsisten antara problem gambling dan gejala depresi. Pada remaja, Cardwell et al. (2022) juga memperlihatkan bahwa sebagian individu berjudi dengan motif meredakan kecemasan, yang menunjukkan kemungkinan hubungan dua arah antara emosi negatif dan perjudian.

Walaupun bukti internasional mengenai perjudian remaja terus berkembang, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan tingkat keterlibatan judi online dengan depresi dan

kecemasan pada siswa madrasah tingkat tsanawiyah masih terbatas. Sebagian besar studi menggunakan sampel remaja akhir, mahasiswa, atau dewasa muda, padahal siswa MTs berada pada fase remaja awal yang memiliki karakteristik perkembangan berbeda. Konteks sekolah juga penting karena masalah perjudian dapat beririsan dengan konsentrasi belajar, relasi teman sebaya, disiplin, dan kebutuhan layanan bimbingan dan konseling. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh statistik tingkat keterlibatan judi online terhadap tingkat depresi dan kecemasan pada siswa MTs Tanjung Genteng. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar pengembangan upaya pencegahan berbasis sekolah yang lebih sensitif terhadap kesehatan mental, literasi digital, dan faktor risiko psikososial remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Pengukuran tingkat masalah judi online, depresi, dan kecemasan dilakukan pada satu periode pengumpulan data tanpa perlakuan atau intervensi. Variabel bebas adalah skor tingkat masalah judi online, sedangkan variabel terikat adalah skor depresi dan kecemasan. Desain cross-sectional dipilih karena sesuai untuk menganalisis hubungan statistik antarvariabel pada kelompok responden dalam periode yang sama. Dalam penelitian ini, istilah pengaruh pada judul dimaknai sebagai kontribusi statistik berdasarkan hasil regresi, bukan sebagai bukti hubungan sebab-akibat.

Populasi penelitian adalah siswa MTs Tanjung Genteng. Sampel penelitian berjumlah 32 siswa yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data yang dianalisis berasal dari kuesioner yang terisi lengkap. Responden terdiri atas siswa berusia 13-15 tahun dari kelas VII, VIII, dan IX. Untuk menjaga kerahasiaan, identitas responden tidak dicantumkan dalam data analisis dan setiap responden diberi kode anonim R01-R32.

Tingkat masalah perjudian diukur menggunakan Problem Gambling Severity Index (PGSI) versi Bahasa Indonesia. Instrumen yang digunakan mengacu pada hasil uji validitas dan reliabilitas PGSI versi Indonesia yang dilakukan oleh Damayanti et al. (2025) di Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. PGSI terdiri atas sembilan butir dengan pilihan respons 0-3, sehingga skor total berada pada rentang 0-27. Dalam penelitian ini, pengisian diarahkan pada pengalaman responden terkait judi online selama periode rujukan tanpa mengubah konstruk pokok instrumen. Interpretasi skor mengikuti kategori PGSI, yaitu skor 0 tidak bermasalah, skor 1-2 risiko rendah, skor 3-7 risiko sedang, dan skor ≥ 8 menunjukkan perjudian bermasalah.

Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat masalah perjudian yang semakin berat. Dengan demikian, alat ukur variabel judi online tidak menggunakan terjemahan yang dibuat sendiri oleh peneliti, melainkan menggunakan versi Indonesia yang telah menjalani studi validitas dan reliabilitas.

Depresi dan kecemasan diukur menggunakan Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21) versi Bahasa Indonesia yang telah divalidasi pada populasi Indonesia oleh Ifdil et al. (2020). Studi adaptasi Indonesia tersebut melibatkan 1.478 responden dan menunjukkan kualitas psikometrik yang baik, dengan reliabilitas item 0,99, reliabilitas person 0,89, dan koefisien KR-20 sebesar 0,91. Dalam penelitian ini digunakan tujuh butir subskala depresi dan tujuh butir subskala kecemasan. Setiap butir diberi skor 0-3, kemudian skor masing-masing subskala dijumlahkan dan dikalikan dua sesuai prosedur interpretasi DASS-21. Kategori depresi adalah normal (0-9), ringan (10-13), sedang (14-20), berat (21-27), dan sangat berat (≥ 28), sedangkan kategori kecemasan adalah normal (0-7), ringan (8-9), sedang (10-14), berat (15-19), dan sangat berat (≥ 20). Penggunaan DASS-21 pada penelitian ini dengan demikian mengacu pada adaptasi Bahasa Indonesia yang telah memiliki bukti validitas dan reliabilitas, bukan pada hasil terjemahan mandiri peneliti.

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner terstruktur yang mencakup karakteristik responden, sembilan butir PGSI, tujuh butir subskala depresi DASS-21, dan tujuh butir subskala kecemasan DASS-21. Setelah pengumpulan, data diperiksa kelengkapannya, diberi kode anonim, kemudian dilakukan skoring sesuai pedoman masing-masing instrumen. Penelitian tidak mengumpulkan informasi sensitif yang tidak diperlukan untuk analisis, seperti kata sandi, nama akun perjudian, atau nomor rekening.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk menyajikan rerata, simpangan baku, nilai minimum-maksimum, dan distribusi kategori setiap variabel. Normalitas diuji menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50. Hubungan skor PGSI dengan depresi dan kecemasan dianalisis menggunakan korelasi Pearson setelah asumsi parametrik terpenuhi. Interval kepercayaan 95% koefisien korelasi dihitung menggunakan transformasi Fisher z. Selanjutnya, dua model regresi linear sederhana digunakan untuk menilai kontribusi statistik skor PGSI terhadap depresi dan kecemasan. Taraf signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$ dan koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk menunjukkan proporsi variasi variabel terikat yang dapat dijelaskan oleh skor PGSI.

HASIL PENELITIAN

Analisis dilakukan terhadap 32 responden. Komposisi responden terdiri atas 21 siswa laki-laki (65,6%) dan 11 siswa perempuan (34,4%). Berdasarkan usia, 8 siswa (25,0%) berusia 13 tahun, 15 siswa (46,9%) berusia 14 tahun, dan 9 siswa (28,1%) berusia 15 tahun. Berdasarkan kelas, terdapat 9 siswa kelas VII (28,1%), 13 siswa kelas VIII (40,6%), dan 10 siswa kelas IX (31,3%).

Tabel 1. Statistik deskriptif dan uji normalitas variabel penelitian

Variabel	N	Mean	SD	Minimum	Maksimum	Shapiro-Wilk W	p
Judi online (PGSI)	32	6,88	3,65	0	12	0,941	0,082
Depresi	32	16,31	7,87	0	30	0,972	0,546
Kecemasan	32	17,00	8,99	0	36	0,987	0,954

Hasil uji Shapiro-Wilk pada Tabel 1 menunjukkan nilai $p > 0,05$ untuk skor PGSI, depresi, dan kecemasan. Dengan demikian, distribusi ketiga variabel pada hasil penelitian tidak menunjukkan penyimpangan normalitas yang signifikan dan analisis parametrik dapat digunakan.

Tabel 2. Distribusi kategori judi online, depresi, dan kecemasan

Variabel	Kategori	n	%
Judi online	Tidak bermasalah	2	6,3
Judi online	Risiko rendah	2	6,3
Judi online	Risiko sedang	14	43,8
Judi online	Bermasalah	14	43,8
Depresi	Normal	7	21,9
Depresi	Ringan	5	15,6
Depresi	Sedang	12	37,5
Depresi	Berat	4	12,5
Depresi	Sangat berat	4	12,5

Variabel	Kategori	n	%
Kecemasan	Normal	5	15,6
Kecemasan	Ringan	2	6,3
Kecemasan	Sedang	6	18,8
Kecemasan	Berat	6	18,8
Kecemasan	Sangat berat	13	40,6

Distribusi kategori menunjukkan bahwa 28 dari 32 siswa (87,5%) berada pada kategori risiko sedang atau perjudian bermasalah menurut PGSI. Pada variabel depresi, kategori terbanyak adalah sedang (37,5%), sedangkan pada kecemasan proporsi terbesar berada pada kategori sangat berat (40,6%).

Tabel 3. Korelasi skor judi online dengan depresi dan kecemasan

Pasangan variabel	r	95% CI	p	Interpretasi
PGSI - Depresi	0,720	0,495-0,854	<0,001	Positif kuat
PGSI - Kecemasan	0,672	0,423-0,827	<0,001	Positif kuat

Korelasi Pearson menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara skor judi online dan depresi ($r = 0,720$; $p < 0,001$), serta antara skor judi online dan kecemasan ($r = 0,672$; $p < 0,001$). Arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat masalah perjudian pada hasil penelitian, semakin tinggi pula skor depresi dan kecemasan.

Tabel 4. Regresi linear sederhana pengaruh statistik judi online terhadap depresi dan kecemasan

Variabel terikat	B	SE	Beta	t	p	R ²	95% CI B
Depresi	1,551	0,273	0,720	5,675	<0,001	0,518	0,993- 2,109
Kecemasan	1,654	0,333	0,672	4,973	<0,001	0,452	0,975- 2,333

Model regresi pertama menghasilkan persamaan depresi = $5,651 + 1,551(\text{PGSI})$. Koefisien PGSI signifikan ($B = 1,551$; $SE = 0,273$; $t = 5,675$; $p < 0,001$), dengan $R^2 = 0,518$. Artinya, setiap kenaikan satu poin PGSI berkaitan dengan kenaikan rata-rata 1,551 poin skor

depresi, dan 51,8% variasi skor depresi dapat dijelaskan secara statistik oleh skor PGSI. Model kedua menghasilkan persamaan kecemasan = $5,628 + 1,654(\text{PGSI})$. Koefisien PGSI juga signifikan ($B = 1,654$; $SE = 0,333$; $t = 4,973$; $p < 0,001$), dengan $R^2 = 0,452$. Dengan demikian, 45,2% variasi skor kecemasan dapat dijelaskan secara statistik oleh skor PGSI, sedangkan sisanya berkaitan dengan faktor lain yang tidak dimasukkan ke dalam model.

PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan hubungan positif antara tingkat masalah judi online dan depresi. Pola tersebut selaras dengan literatur yang menempatkan problem gambling sebagai perilaku yang sering beriringan dengan gejala emosional. Richard et al. (2020) melalui systematic review menemukan bahwa gejala depresi secara konsisten berkaitan dengan problem gambling pada remaja dan dewasa muda. Sagoe et al. (2017) juga melaporkan bahwa masalah kesehatan mental dan perilaku perjudian saling berhubungan dalam transisi dari remaja menuju dewasa awal. Dalam konteks ini, peningkatan keterlibatan judi online dapat berkaitan dengan pengalaman kalah, kehilangan uang, konflik dengan orang tua, rasa bersalah, dan hilangnya kontrol terhadap perilaku, yang pada akhirnya meningkatkan tekanan psikologis.

Besarnya kontribusi PGSI terhadap variasi depresi pada penelitian ini sebesar 51,8% ($R^2 = 0,518$) perlu dipahami sebagai pola statistik, bukan bukti bahwa judi online merupakan satu-satunya penyebab depresi. Depresi pada remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain tekanan akademik, hubungan keluarga, perundungan, kondisi sosial ekonomi, kualitas tidur, paparan kekerasan, dan pengalaman interpersonal. Afifi et al. (2016) menunjukkan bahwa hubungan antara perjudian bermasalah dan gangguan mental dapat bersifat temporal dan kompleks. Dowling et al. (2019) juga menemukan bukti hubungan timbal balik antara problem gambling dan gejala kesehatan mental. Dengan demikian, siswa yang telah mengalami suasana hati negatif dapat lebih rentan menggunakan perjudian sebagai bentuk pelarian, sementara konsekuensi perjudian pada gilirannya dapat memperberat kondisi emosional.

Hubungan positif antara judi online dan kecemasan pada penelitian ini juga sejalan dengan temuan penelitian terdahulu. Cardwell et al. (2022) menemukan adanya kelompok remaja yang berjudi dengan motif mengurangi kecemasan, tetapi pola tersebut justru berkaitan dengan indikator kesehatan dan fungsi yang kurang adaptif. Sari et al. (2024) pada konteks Indonesia melaporkan hubungan antara kecanduan judi online dan kecemasan pada remaja. Secara psikologis, ketidakpastian hasil taruhan, kekhawatiran kehilangan uang, kebutuhan untuk menutupi aktivitas dari keluarga, dan dorongan mengejar kerugian dapat memunculkan

ketegangan dan pikiran berulang. Apabila kondisi tersebut terjadi bersamaan dengan tuntutan sekolah, kecemasan dapat mengganggu konsentrasi, kualitas tidur, interaksi sosial, dan keterlibatan belajar.

Hasil regresi yang menunjukkan kontribusi statistik PGSI terhadap depresi dan kecemasan juga konsisten dengan penelitian Manu et al. (2024), yang menemukan bahwa tingkat keparahan perjudian berhubungan dengan psychological distress pada kelompok muda. Walaupun konteks Ghana berbeda dari konteks siswa MTs di Indonesia, temuan tersebut memberi dukungan bahwa peningkatan masalah perjudian dapat berjalan bersama dengan peningkatan tekanan psikologis. WHO (2024) juga menegaskan bahwa dampak perjudian mencakup masalah kesehatan mental, tekanan finansial, kerusakan hubungan, dan berbagai konsekuensi sosial. Dalam konteks remaja, dampak tersebut berpotensi lebih luas karena siswa masih bergantung pada keluarga dan belum memiliki kapasitas finansial maupun regulasi emosi yang matang.

Dari perspektif kognitif-perilaku, perjudian dapat bertahan karena sistem imbalan yang tidak menentu. Kemenangan sesekali dapat memperkuat perilaku walaupun kerugian lebih sering terjadi. Pada saat yang sama, remaja dapat mengembangkan distorsi kognitif, seperti merasa memiliki pola khusus untuk menang, menganggap kekalahan akan segera diikuti kemenangan, atau meyakini bahwa keterampilan pribadi dapat mengendalikan hasil yang pada dasarnya acak. Cosenza et al. (2019) menemukan bahwa distorsi kognitif, afek negatif, dan gaya pengambilan keputusan berhubungan dengan perjudian remaja. Richard dan King (2023) juga menempatkan impulsivitas, pengambilan risiko, dan kerentanan emosional sebagai faktor penting dalam lintasan menuju problem gambling.

Faktor sosial juga perlu diperhatikan. Zhai et al. (2017) menunjukkan bahwa persepsi mengenai perjudian dalam keluarga dan teman sebaya berkaitan dengan peningkatan kemungkinan perjudian berisiko pada remaja. Temuan Sohn dan Son (2024) memperkuat peran teman yang sering berjudi dan tekanan teman sebaya sebagai prediktor problem gambling pada remaja yang berjudi online. Pada lingkungan sekolah, penyebaran informasi mengenai situs, promosi, kode referral, atau cerita kemenangan dapat terjadi melalui kelompok pertemanan dan media sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa pencegahan tidak cukup hanya berfokus pada individu, tetapi perlu menyasar norma kelompok, literasi digital, kemampuan menolak tekanan teman sebaya, dan komunikasi orang tua-anak.

Pada level yang lebih luas, tingginya keterpaparan usia muda terhadap perjudian online di

Indonesia memperkuat kebutuhan intervensi berbasis sekolah. PPATK (2024) melaporkan sekitar 440.000 pemain judi online pada rentang usia 10-20 tahun. Angka tersebut tidak secara khusus merepresentasikan siswa MTs, tetapi menunjukkan bahwa kelompok usia sekolah termasuk dalam populasi yang dapat terpapar. Pada saat yang sama, I-NAMHS menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental telah dialami oleh bagian yang cukup besar dari remaja Indonesia (Wahdi et al., 2022). Kombinasi antara akses digital, paparan perjudian, dan kerentanan kesehatan mental menjadikan sekolah sebagai lokasi strategis untuk pencegahan dini.

Implikasi praktis penelitian ini terutama berkaitan dengan layanan bimbingan dan konseling serta pendidikan kesehatan mental. Guru BK dapat mengintegrasikan edukasi mengenai mekanisme judi online, peluang matematis, risiko mengejar kerugian, dampak finansial, dan hubungan perjudian dengan kesehatan mental ke dalam layanan informasi atau bimbingan kelompok. Pendekatan perlu bersifat edukatif dan tidak mempermalukan siswa, karena stigma dapat membuat siswa menyembunyikan masalah. Monreal-Bartolomé et al. (2023) menunjukkan bahwa program pencegahan perjudian pada remaja dan dewasa muda cenderung memberikan hasil positif pada pengetahuan, distorsi kognitif, dan beberapa indikator perilaku. Calado et al. (2020) juga menunjukkan bahwa program berbasis sekolah dapat memperbaiki pengetahuan dan miskonsepsi serta menurunkan indikator perjudian berisiko. Temuan Febriza dan Midia (2026) turut menegaskan pentingnya dukungan emosional terstruktur dalam konteks pendidikan. Melalui kajian mengenai emotional scaffolding pada aktivitas pendidikan berbasis permainan, mereka menunjukkan bahwa validasi emosi, pelabelan emosi, dan strategi regulasi bersama dapat membantu peserta didik mengelola respons emosional dan mempertahankan keterlibatan dalam aktivitas. Walaupun penelitian tersebut dilakukan pada pendidikan anak usia dini dan bukan pada siswa MTs, prinsip dukungan regulasi emosi tersebut relevan sebagai landasan pedagogis bagi layanan preventif dan pendampingan psikososial di sekolah.

Penelitian ini memiliki keterbatasan metodologis yang penting. Pertama, desain cross-sectional hanya mengukur variabel pada satu waktu sehingga tidak dapat memastikan urutan waktu maupun membuktikan hubungan sebab-akibat secara mutlak. Kedua, sampel 32 siswa relatif kecil sehingga estimasi koefisien lebih mudah berubah dibandingkan penelitian dengan sampel besar. Ketiga, pengukuran berbasis self-report rentan terhadap social desirability dan underreporting, terutama karena perjudian pada usia sekolah merupakan isu sensitif. Keempat,

depresi dan kecemasan bersifat multifaktorial dan model sederhana hanya memasukkan satu prediktor. Penelitian lanjutan sebaiknya menggunakan sampel yang lebih besar, melibatkan beberapa sekolah, mengontrol faktor seperti dukungan keluarga, tekanan akademik, perundungan, penggunaan media sosial, dan kualitas tidur, serta mempertimbangkan desain longitudinal untuk memahami arah hubungan secara lebih kuat. Moreira et al. (2023) menunjukkan bahwa faktor risiko perjudian bersifat multidimensional sehingga analisis yang lebih komprehensif akan menghasilkan pemahaman yang lebih kuat.

Secara keseluruhan, pola hasil memperlihatkan bahwa perjudian online perlu dilihat tidak hanya sebagai persoalan disiplin atau ekonomi, tetapi juga sebagai perilaku yang dapat beririsan dengan kesehatan mental remaja. Pencegahan yang efektif memerlukan kolaborasi sekolah, keluarga, layanan kesehatan, dan pemangku kebijakan. Sekolah dapat memperkuat literasi digital dan keterampilan regulasi diri; orang tua dapat membangun komunikasi terbuka dan pengawasan finansial yang proporsional; sementara layanan profesional diperlukan ketika siswa menunjukkan gejala depresi, kecemasan, atau kehilangan kontrol terhadap perjudian. Pendekatan multipihak seperti ini lebih sesuai dengan sifat problem gambling yang dipengaruhi faktor individual, interpersonal, dan lingkungan.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis terhadap 32 siswa MTs Tanjung Genting, tingkat masalah judi online menunjukkan hubungan positif dan signifikan dengan depresi serta kecemasan. Skor PGSI berkorelasi kuat dengan depresi ($r = 0,720$; $p < 0,001$) dan kecemasan ($r = 0,672$; $p < 0,001$). Regresi linear sederhana menunjukkan bahwa skor PGSI menjelaskan 51,8% variasi skor depresi dan 45,2% variasi skor kecemasan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat masalah judi online pada responden, semakin tinggi pula gejala depresi dan kecemasan yang dilaporkan. Meskipun demikian, desain cross-sectional tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat dan depresi maupun kecemasan tetap harus dipahami sebagai kondisi multifaktorial. Secara praktis, sekolah perlu memperkuat edukasi bahaya judi online, literasi digital, keterampilan pengambilan keputusan dan regulasi emosi, serta layanan bimbingan dan konseling yang tidak menghakimi. Keterlibatan orang tua dan mekanisme rujukan kesehatan mental juga penting bagi siswa yang menunjukkan gejala berat atau kesulitan mengendalikan perilaku berjudi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifi, T. O., Nicholson, R., Martins, S. S., & Sareen, J. (2016). A longitudinal study of the temporal relation between problem gambling and mental and substance use disorders among young adults. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 61(2), 102-111. <https://doi.org/10.1177/0706743715625950>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). Depresi pada anak muda di Indonesia: Fact sheet Survei Kesehatan Indonesia 2023. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Calado, F., Alexandre, J., Rosenfeld, L., Pereira, R., & Griffiths, M. D. (2020). The efficacy of a gambling prevention program among high-school students. *Journal of Gambling Studies*, 36, 573-595. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09908-2>
- Cardwell, E., Hoff, R. A., Garakani, A., Krishnan-Sarin, S., Potenza, M. N., & Zhai, Z. W. (2022). An exploratory study of anxiety-motivated gambling in adolescents: Associations with minority status and gambling, health and functioning measures. *Journal of Psychiatric Research*, 151, 445-453. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.03.052>
- Cosenza, M., Ciccarelli, M., & Nigro, G. (2019). Decision-making styles, negative affectivity, and cognitive distortions in adolescent gambling. *Journal of Gambling Studies*, 35(2), 517-531. <https://doi.org/10.1007/s10899-018-9790-y>
- Dowling, N. A., Butera, C. A., Merkouris, S. S., Youssef, G. J., Rodda, S. N., & Jackson, A. C. (2019). The reciprocal association between problem gambling and mental health symptoms/substance use: Cross-lagged path modelling of longitudinal cohort data. *Journal of Clinical Medicine*, 8(11), 1888. <https://doi.org/10.3390/jcm8111888>
- Damayanti, R., Kusumaningrum, P., Anindyajati, G., & Siste, K. (2025). Uji validitas dan reliabilitas instrumen Problem Gambling Severity Index (PGSI) versi Indonesia [Tesis, Program Pendidikan Dokter Spesialis Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia]. Perpustakaan Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Febriza, N. A., & Midia, O. K. (2026). Emotional scaffolding through sport-based educational games in early childhood education: A qualitative study using NVivo. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*, 15(1), 51-60. <https://doi.org/10.54392/ijpefs2614>
- Ifdil, I., Syahputra, Y., Fadli, R. P., Zola, N., Putri, Y. E., Amalianita, B., Rangka, I. B., Suranta, K., Zatrachadi, M. F., Sugara, G. S., Situmorang, D. D. B., & Fitria, L. (2020). The depression anxiety stress scales (DASS-21): An Indonesian validation measure of the depression anxiety stress. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 5(4), 205-215. <https://doi.org/10.23916/0020200536840>
- Livazovic, G., & Bojcic, K. (2019). Problem gambling in adolescents: What are the psychological, social and financial consequences? *BMC Psychiatry*, 19, 308. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2293-2>
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd ed.). Psychology Foundation.
- Manu, E., Acquah, F., Douglas, M., Akitty, E., Zanu, E. P., Ampomah, M. A., & Adoma, P. O. (2024). Betting high, feeling low: A cross-sectional examination of gambling severity and psychological distress among Ghanaian youth. *BMC Public Health*, 24, 2032. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19550-2>
- Monreal-Bartolome, A., Barcelo-Soler, A., Garcia-Campayo, J., Bartolome-Moreno, C., Cortes-Montavez, P., Acon, E., Huertes, M., Lacasa, V., Crespo, S., Lloret-Irles, D.,

- Sordo, L., Clotas Bote, C., Puigcorbe, S., & Lopez-Del-Hoyo, Y. (2023). Preventive gambling programs for adolescents and young adults: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 4691. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064691>
- Montiel, I., Ortega-Baron, J., Basterra-Gonzalez, A., Gonzalez-Cabrera, J., & Machimbarrena, J. M. (2021). Problematic online gambling among adolescents: A systematic review about prevalence and related measurement issues. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(3), 566-586. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00055>
- Moreira, D., Azeredo, A., & Dias, P. (2023). Risk factors for gambling disorder: A systematic review. *Journal of Gambling Studies*, 39(2), 483-511. <https://doi.org/10.1007/s10899-023-10195-1>
- Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan. (2024, July 26). Gawat! Jumlah fantastis usia anak main judi online. PPATK.
- Richard, J., Fletcher, E., Boutin, S., Derevensky, J., & Temcheff, C. (2020). Conduct problems and depressive symptoms in association with problem gambling and gaming: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(3), 497-533. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00045>
- Richard, J., & King, S. M. (2023). Annual research review: Emergence of problem gambling from childhood to emerging adulthood: A systematic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 64(4), 645-688. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13713>
- Sagoe, D., Pallesen, S., Hanss, D., Leino, T., Molde, H., Mentzoni, R. A., & Torsheim, T. (2017). The relationships between mental health symptoms and gambling behavior in the transition from adolescence to emerging adulthood. *Frontiers in Psychology*, 8, 478. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00478>
- Sari, D. F., Anggraini, F., Rosadi, N. M., Dwinagita, S., & Sari, N. H. (2024). Kecanduan judi online sebagai bentuk tingkat kecemasan pada remaja. *Journal of Communication and Social Sciences*, 2(2), 54-62. <https://doi.org/10.61994/jcss.v2i2.337>
- Sohn, Y.-S., & Son, H. (2024). Online gambling patterns and predictors of problem gambling among Korean adolescents during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Asian Nursing Research*, 18(1), 20-27. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2024.01.002>
- Wahdi, A. E., Setyawan, A., Putri, Y. A., Wilopo, S. A., Erskine, H. E., Wallis, K., McGrath, C., Blondell, S. J., Whiteford, H. A., Scott, J. G., Blum, R., Fine, S., Li, M., & Ramaiya, A. (2022). Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan penelitian. Pusat Kesehatan Reproduksi, Universitas Gadjah Mada.
- World Health Organization. (2024, December 2). Gambling. World Health Organization.
- World Health Organization. (2025, September 1). Mental health of adolescents. World Health Organization.
- Zhai, Z. W., Yip, S. W., Steinberg, M. A., Wampler, J., Hoff, R. A., Krishnan-Sarin, S., & Potenza, M. N. (2017). Relationships between perceived family gambling and peer gambling and adolescent problem gambling and binge-drinking. *Journal of Gambling Studies*, 33(4), 1169-1185. <https://doi.org/10.1007/s10899-017-9670-x>