



IMPLEMENTASI KONSELING BEHAVIORAL TEKNIK MODIFIKASI PERILAKU UNTUK MENGATASI KECANDUAN JUDI ONLINE

Maturidi¹ dan Nurjannah²

¹ Mahasiswa Pascasarjana Jurusan Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. ² Dosen Pascasarjana Jurusan Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Email: Maturidi63@gmail.com dan Nurjannah@uin-suka.ac.id

ABSTRAK

Permainan judi online termasuk kedalam patologis sosial. Selain menimbulkan masalah sosial judi juga dapat menyebabkan kemiskinan, perceraian, anak terlantar, putus sekolah, dan dapat menjadi pemicu masalah kejahatan lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah penerapan konseling behavioral teknik modelling dapat mengatasi kecanduan judi online. Jenis penelitian yang dipakai peneliti adalah jenis penelitian singel subjek, dengan menggunakan desain penelitian A-B (A=kondisi baseline, B=kondisi intervensi). A-B menunjukkan dua tahapan dari desain; A adalah data baseline (pretest) dan B adalah intervensi (posttest). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling behavioral teknik modifikasi perilaku efektif untuk menurunkan kecanduan judi online. Hal tersebut dilihat dari jumlah durasi bermain judi online subjek sebelum dilakukan intervensi dan penurunan durasi setelah dilakukan intervensi oleh peneliti.

Kata Kunci: Konseling Behavioral, Modifikasi Perilaku, Kecanduan Judi Online

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi khususnya internet memberikan manfaat yang sangat besar dalam segala bidang. Selain memberikan dampak positif untuk kehidupan manusia internet juga memberikan dampak negatif. Salah satu dampak negatif dari

perkembangan teknologi internet adalah maraknya situs yang menyediakan judi secara online. Judi merupakan pertaruhan yang dilakukan secara sengaja yaitu mempertaruhkan satu nilai atau yang dianggap bernilai dengan menyadari adanya resiko dan harapan-harapan tertentu pada peristiwa-peristiwa permainan, pertandingan, perlombaan dan kejadian-kejadian yang belum tentu pasti.³

Judi online adalah perjudian yang proses pengumpulan uangnya menggunakan media internet, biasanya para penjudi akan diharuskan untuk melakukan deposit dimuka sebelum dapat memainkan game judinya. Hal ini berarti penjudi harus melakukan transfer sejumlah uang kepada Bandar atau admin website sebagai deposit awal, setelah melakukan transfer maka penjudi akan mendapatkan koin atau chip untuk dapat memainkan permainan judi tersebut.⁴

Perilaku judi adalah perilaku menyimpang yang termasuk dalam patologi sosial. Adapun perilaku penjudi sebagai berikut: (1) *Preoccupation* (Terobsesi dengan perjudian), (2) *Tolerance* (Kebutuhan untuk berjudi dengan kecenderungan meningkatkan jumlah uang taruhan demi mencapai suatu kenikmatan/kepuasan yang diinginkan), (3) *Withdrawal* (Menjadi mudah gelisah dan mudah tersinggung setiap kali mencoba untuk berhenti berjudi), (4) *Escapae* (Menjadikan perjudian sebagai cara untuk melarikan diri dari berbagai masalah hidup atau perasaan yang kurang menyenangkan), (5) *Chasing* (Setelah kalah berjudi, cenderung kembali berjudi lagi untuk mengejar kemenangan supaya memperoleh titik impas), (6) *Lying* (Berbohong kepada anggota keluarga, konselor atau terapist atau orang lain tentang keterlibatan dirinya dalam perjudian), (7) *Loss Of Control* (Selalu gagal dalam usaha mengendalikan, mengurangi atau menghentikan perilaku berjudi), (8) *Illegal Acts* (Terlibat dalam tindakan-tindakan melanggar hukum demi menunjang biaya finansial

³ Andi Haris and Heru Heru, "Judi Online Dikalangan Remaja (Kasus Kelurahan Bone-Bone, Luwu)," *Hasanuddin Journal of Sociology* 1, no. 2 (2019): 127–138.

⁴ Nurhotia Harahap, "Pelaksanaan Kepolisian Dalam Menanggulangi Judi Online Di Padangsidempuan," *TAZKIR: Jurnal Penelitian Ilmu-ilmu Sosial dan Keislaman* 4, no. 2 (2018): 281–298.

untuk berjudi), (9) *Risked Significant Relationship* (Membahayakan atau menyebabkan rusaknya hubungan persahabatan dengan orang-orang yang sangat berperan dalam kehidupan, hilangnya pekerjaan, putus sekolah atau keluarga menjadi berantakan, atau kesempatan berkarir menjadi hilang), (10) *Ballout* (Mengandalkan orang lain untuk memberikan uang kepada dirinya ataupun keluarganya dalam rangka mengurangi beban finansial akibat perjudian yang dilakukan).⁵

Berdasarkan hasil penelitian awal yang dilakukan oleh peneliti, peneliti menemukan bahwa terdapat terdapat seorang pemuda yang mengaku bahwa dirinya telah kecanduan judi online. Melihat fenomena dan permasalahan mengenai kecanduan judi online tersebut sebagai konselor tentu memiliki kewajiban untuk melakukan konseling yang bertujuan membantu klien dalam menyelesaikan permasalahannya.

Terdapat berbagai macam pendekatan dan teknik konseling yang dapat digunakan dalam kasus di atas. Namun pada kasus ini konselor merasa pendekatan konseling behavioral dengan teknik modifikasi perilaku merupakan pendekatan yang sangat cocok. Terapi tingkah laku adalah penerapan aneka ragam prosedur dan teknik yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Terapi ini memfokuskan penerapan yang sistematis terhadap prinsip-prinsip belajar khususnya pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif.⁶

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dipakai peneliti adalah penelitian single subjek (*Single Subyek Research*). *Single Subyek Research* (SSR) merupakan desain ekperimental yang melibatkan penyidikan intensif terhadap satu atau beberapa individu, di mana

⁵ Jati Permana dan Sri Maryati Deliana, "Perilaku Judi Kupon Togel Pada Remaja Desa Sukorejo Kabupaten Kendal," *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah* 6, no. 2 (2018): hal. 79–84.

⁶ GERAL COREY, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: PT. Indeks, 2011), hal. 196.

setiap perilaku individu pada kondisi yang satu dibandingkan dengan pada kondisi lainnya. SSR juga diartikan sebagai sebuah metodologi praktis untuk mengevaluasi kemajuan akademik, mengembangkan perilaku sosial, menurunkan masalah perilaku, dan meningkatkan keterampilan guru (orangtua) yang melaksanakan intervensi.⁷ Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk mengatasi perilaku kecanduan judi online dengan menggunakan teknik modifikasi perilaku.

Pada desain penelitian tunggal, pengukuran dilakukan dengan periode waktu tertentu misalnya perminggu, perhari atau perjam, perbandingan tidak dilakukan antar individu melainkan dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi yang berbeda.⁸

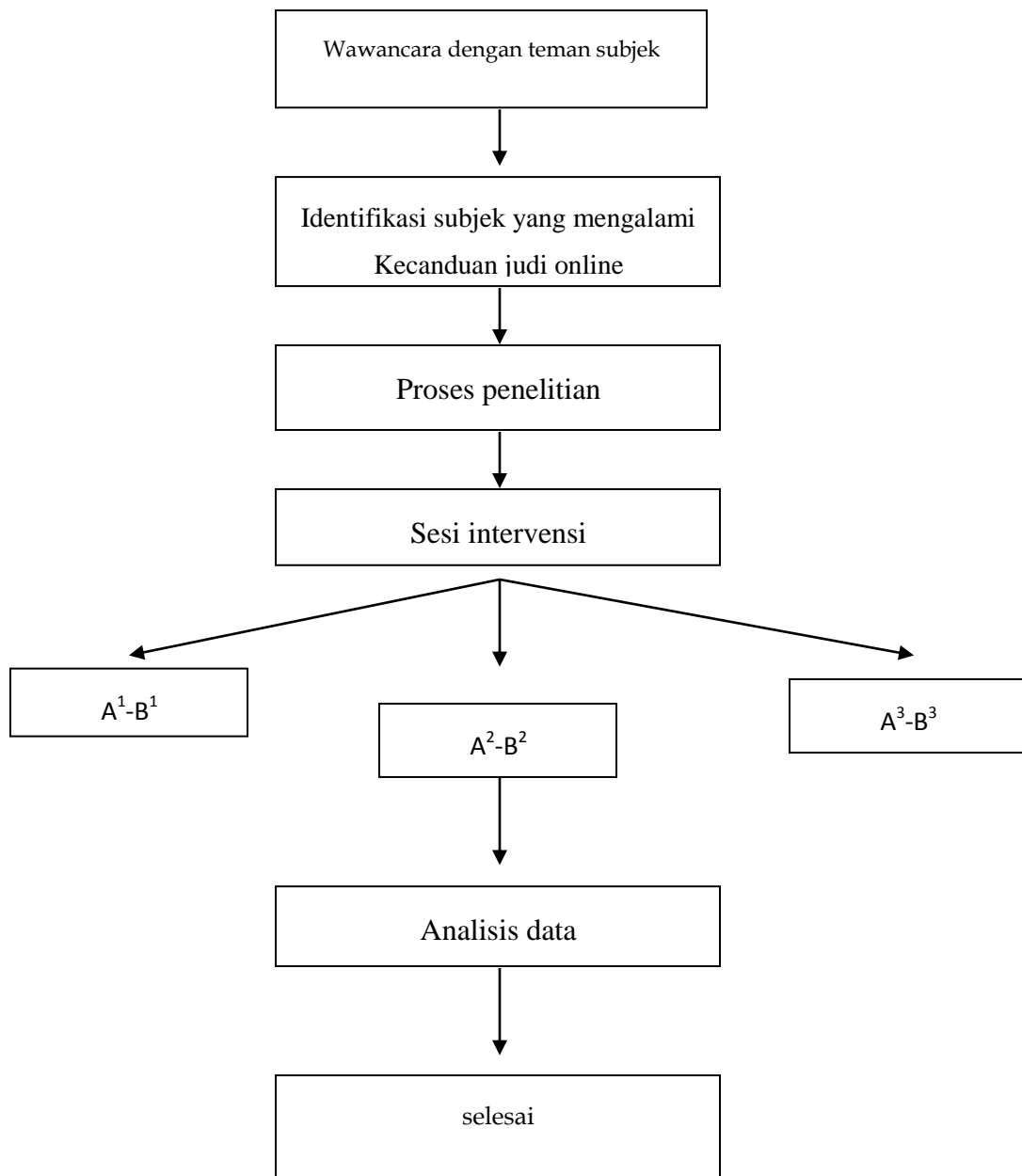
Penelitian ini menggunakan desain penelitian A-B. desain A-B merupakan sebuah desain dasar dari penelitian eksperimen subjek tunggal. Pada desain A-B ini tidak ada pengulangan pengukuran dimana fase baseline (A) dan intervensi (B) masing-masing dilakukan hanya sekali untuk subjek yang sama, sehingga dengan desain ini tidak dapat disimpulkan atau tidak ada jaminan bahwa perubahan pada target behavior disebabkan semata-mata oleh variabel bebas (intervensi).⁹ Proses pengukuran pada penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah pemberian perlakuan dengan menggunakan instrumen yang sama yaitu konseling behavioral teknik modifikasi perilaku.

⁷ Didik Gunawan, "Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modelling Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Usia 10 Tahun," *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 5, no. 2 (2018): hal. 105–118.

⁸ Alfiatun Fitriani Ulfah dan Rully Charitas Indra Prahmana, "Single Subject Research: Implementasi Pembelajaran Berbasis Masalah Terhadap Pemahaman Matematis Siswa," *Jurnal Elemen* 4, no. 1 (2018): hal. 105–118.

⁹ Juang Sunanto, Koji Takeuchi, dan Hideo Nakata, "Penelitian Dengan Subjek Tunggal," *Bandung: UPI Pres* (2006): hal. 56.

Adapun gambar desain penelitian konseling behavioral teknik modelling untuk mengatasi kecanduan judi online dapat divisualisasikan pada gambar di bawah ini.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Dusun Kulam Awee, Desa Keude Panga, Kecamatan Panga, Kabupaten Aceh Jaya, Provinsi Aceh. Penelitian ini berawal pada tanggal 15 Desember 2020 setelah peneliti mendengarkan cerita dari seorang teman peneliti yang bahwa ada seorang teman dari teman peneliti yang dia itu kecanduan bermain judi online dan dia sangat memerlukan bantuan untuk dapat membantu dia agar dapat menyelesaikan permasalahannya tersebut.

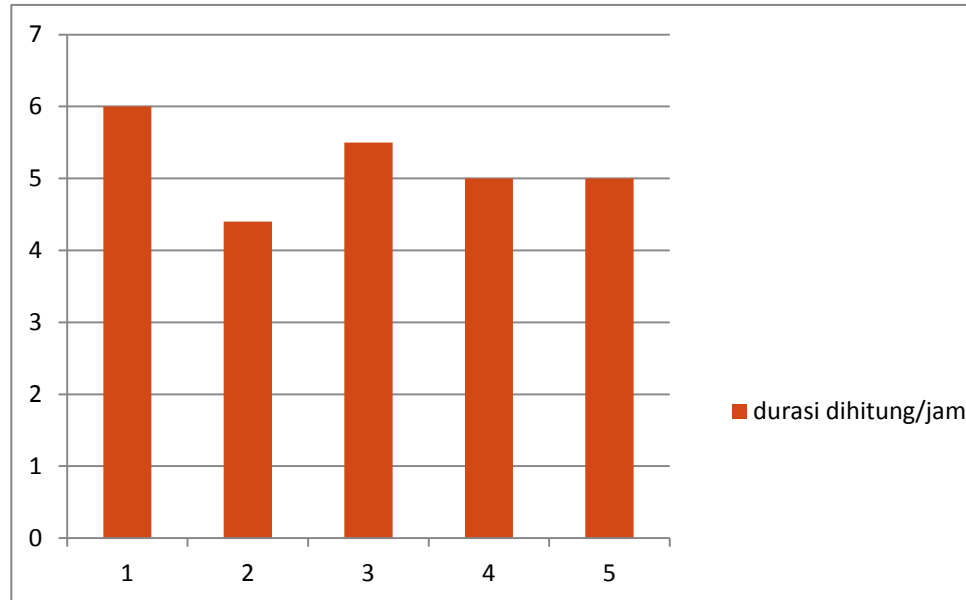
Setelah mendengar cerita dari teman peneliti. Pada tanggal 16 Desember 2020 peneliti langsung menjumpai subjek penelitian untuk mengetahui dan memastikan seberapa sering subjek bermain judi online dalam sehari yang kemudian hasil wawancara dengan subjek dimasukkan ke dalam data *pretes* (data *baseline*). Sebagaimana tabel berikut.

Tabel 1. Hasil *Baseline* durasi bermain judi online

Baseline Sesi	Durasi Bermain Game Online (dalam jam)
16 Desember 2020	6 jam
18 Desember 2020	4.4 jam
20 Desember 2020	5.5 jam
22 Desember 2020	5 jam
25 Desember 2020	5 jam

Berdasarkan data durasi di atas, maka dapat divisualisasikan dalam gambar sebagai berikut.

Gambar 1. Hasil baseline frekuensi bermain judi online



Pelaksanaan proses intervensi berupa konseling behavioral teknik modelling terhadap subjek penelitian dilakukan sebanyak enam kali pertemuan yang dimulai pada tanggal 26 Desember 2020 sampai dengan tanggal 9 Januari 2021. Dimana setiap pertemuan peneliti melakukan konseling terhadap subjek penelitian. Proses konseling dalam penelitian ini berdurasi 30 menit perpertemuan. Adapun tahap-tahap konseling behavioral meliputi: yang *Petama, Asesment, Kedua, Goal Setting, Ketiga*, penerapan Teknik. Berdasarkan tahapan-tahapan tersebut peneliti mengaplikasikan dalam rancangan skenario tahapan konseling kepada subjek adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Rancangan proses intervensi konseling behavioral dengan teknik modifikasi perilaku.

No	Pertemuan	Materi Konseling	Waktu
1.	Pertama	Melakukan <i>assesment</i> tentang tingkat kecanduan judi online	30 menit
2.	Kedua	Merumuskan tujuan dengan klien tentang bagaimana bahaya kecanduan judi online	30 menit
3.	Ketiga	Mengimplementasikan teknik modifikasi perilaku yang berkaitan dengan bahaya kecanduan judi online	30 menit
4.	Keempat	Mengimplementasikan teknik modifikasi perilaku yang berkaitan dengan bahaya kecanduan judi online	30 menit
5.	Kelima	Mengimplementasikan teknik modifikasi perilaku yang berkaitan dengan bahaya kecanduan judi online	30 menit
6.	Keenam	Melakukan <i>follow up</i>	30 menit

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan oleh peneliti dengan menggunakan pendekatan konseling behavioral teknik modifikasi perilaku yang bertujuan untuk mengatasi dampak yang ditimbulkan oleh kecanduan judi online. Penelitian ini menggunakan penelitian subjek tunggal (single subject research). Pada penelitian ini, peneliti menerapkan konseling behavioral teknik modifikasi perilaku. Pada penelitian ini

peneliti menerapkan konseling behavioral dengan menggunakan teknik modifikasi perilaku pada saat melakukan proses *treatment*. Subjek penelitian ini di dapat dengan cara melakukan wawancara dengan teman-teman peneliti yang berada di sekitaran tempat tinggal peneliti.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan teman-teman peneliti. Peneliti menemukan seorang yang memenuhi syarat untuk dijadikan sebagai subjek penelitian. Syarat-syarat dalam menentukan subjek dalam penelitian ini peneliti mengikuti dan berpedoman pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Jati Permana dan Sri Maryati Deliana, adapun ciri-ciri seseorang kecanduan judi online adalah sebagai berikut: (1) *Preoccupation* (Terobsesi dengan perjudian), (2) *Tolerance* (Kebutuhan untuk berjudi dengan kecenderungan meningkatkan jumlah uang taruhan demi mencapai suatu kenikmatan/kepuasan yang diinginkan), (3) *Withdrawal* (Menjadi mudah gelisah dan mudah tersinggung setiap kali mencoba untuk berhenti berjudi), (4) *Escapae* (Menjadikan perjudian sebagai cara untuk melarikan diri dari berbagai masalah hidup atau perasaan yang kurang menyenangkan), (5) *Chasing* (Setelah kalah berjudi, cenderung kembali berjudi lagi untuk mengejar kemenangan supaya memperoleh titik impas), (6) *Lying* (Berbohong kepada anggota keluarga, konselor atau terapist atau orang lain tentang keterlibatan dirinya dalam perjudian), (7) *Loss Of Control* (Selalu gagal dalam usaha mengendalikan, mengurangi atau menghentikan perilaku berjudi), (8) *Illegal Acts* (Terlibat dalam tindakan-tindakan melanggar hukum demi menunjang biaya finansial untuk berjudi), (9) *Risked Significant Relationship* (Membahayakan atau menyebabkan rusaknya hubungan persahabatan dengan orang-orang yang sangat berperan dalam kehidupan, hilangnya pekerjaan, putus sekolah atau keluarga menjadi berantakan, atau kesempatan berkarir menjadi hilang), (10) *Ballout* (Mengandalkan orang lain untuk memberikan uang

kepada dirinya ataupun keluarganya dalam rangka mengurangi beban finansial akibat perjudian yang dilakukan).¹⁰

Setelah peneliti mendapatkan data mengenai bagaimana kriteria orang yang kecanduan judi online dan mendapatkan subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian dan data ini didapatkan berdasarkan hasil wawancara dengan teman-teman subjek dan subjek sendiri. maka peneliti mendapati data bahwa subjek masuk kedalam kriteria-kriteria kecanduan judi online. Setelah peneliti mendapatkan data-data awal, selanjutnya peneliti melakukan proses *treatment* dengan memberikan konseling behavioral teknik teknik modifikasi perilaku yang dimulai pada tanggal 26 Desember 2020 sampai dengan tanggal 8 Januari 2021.

Prose pemberian treatment kepada klien dilakukan sebanyak enam kali pertemuan dimana setiap pertemuan berdurasi 30 menit. Dari hasil analisis data menggunakan metode penelitian subjek tunggal yang memperhatikan panjang kondisi, perubahan untuk variabel, level dan kecenderungan data diketahui bahwa intervensi yang diberikan berupa konseling behavioral teknik modifikasi perilaku peneliti melihat klien mengalami perubahan setelah pemberian intervensi oleh peneliti. Adapun perubahan dataya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Hasil *Baseline* durasi bermain judi online

Baseline Sesi	Durasi Bermain Game Online (dalam jam)
16 Desember 2020	6 jam
18 Desember 2020	4.4 jam
20 Desember 2020	5.5 jam

¹⁰ Jati Permana dan Sri Maryati Deliana, "Perilaku Judi Kupon Togel Pada Remaja Desa Sukorejo Kabupaten Kendal," *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah* 6, no. 2 (2018): hal. 79–84.

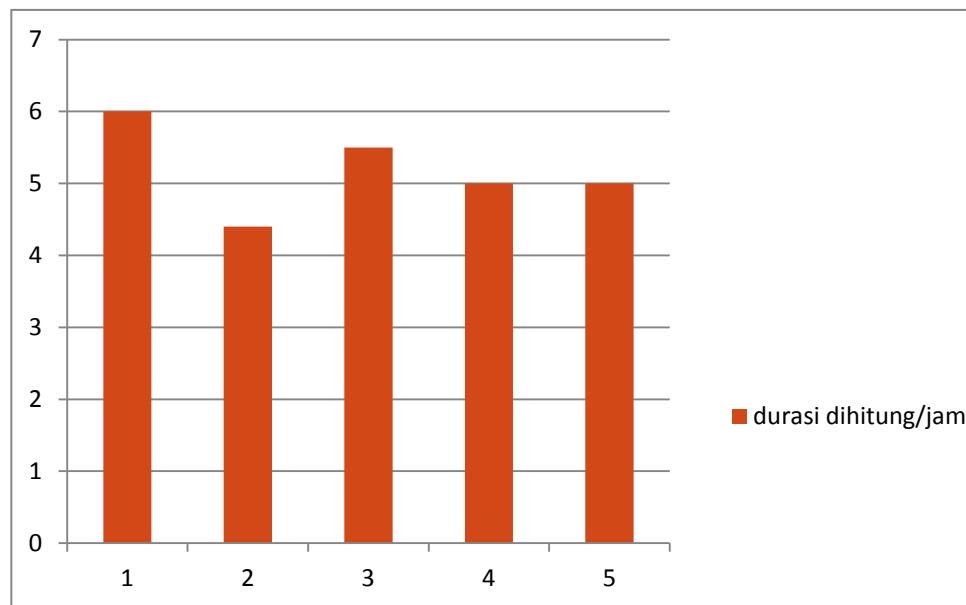
22 Desember 2020	5 jam
25 Desember 2020	5 jam

Tabel 4. Hasil data intervensi durasi bermain judi online

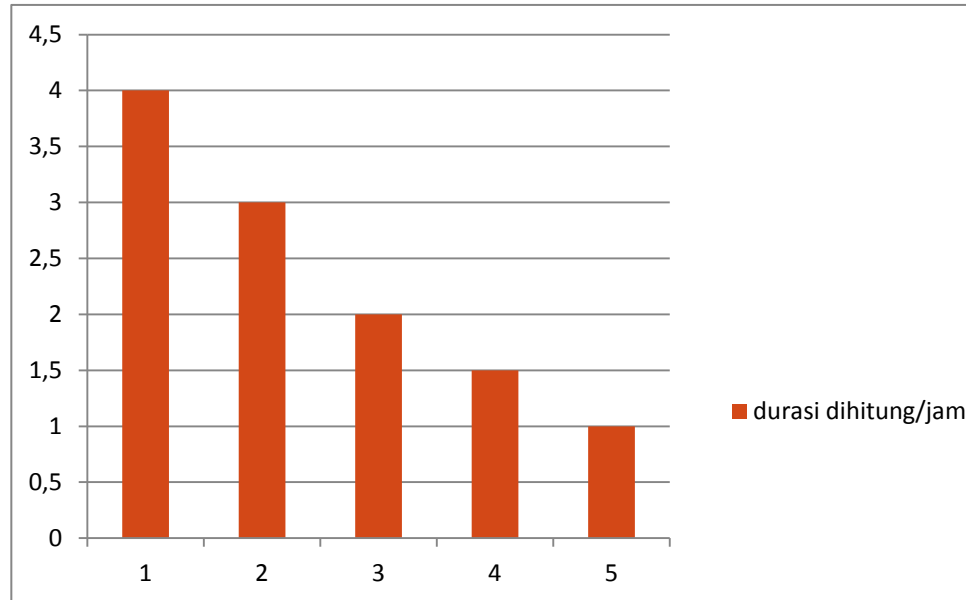
Baseline Sesi	Durasi Bermain Game Online (dalam jam)
26 Desember 2020	4 jam
30 Desember 2020	3 jam
4 Januari 2021	2 jam
6 Januari 2021	1.5 jam
8 Januari 2020	1 jam

Data-data di atas selanjutnya divisualisasikan dalam bentuk grafik maka akan berbentuk seperti gambar berikut ini:

Gambar 2. Hasil baseline frekuensi bermain judi online



Gambar 3. Hasil hasil intervensi durasi bermain judi online



Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti menyatakan bahwa implementasi konseling behavioral dengan menggunakan teknik modifikasi perilaku untuk mengatasi kecanduan judi online efektif untuk menurunkan durasi bermain judi online terhadap pecandu judi online. Hal tersebut dapat dilihat dari jumlah durasi bermain judi online subjek sebelum dilakukan intervensi sangat tinggi dan terlihat penurunan durasi bermain judi setelah diberikan intervensi berupa konseling behavioral oleh peneliti menggunakan teknik modifikasi perilaku.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian maka dapat diambil kesimpulan bahwa implementasi konseling behavioral teknik modifikasi perilaku efektif untuk mengatasi kecanduan judi online. Kesimpulan tersebut didapati dengan melihat data durasi bermain judi online sebelum dilakukan intervensi dan durasi setelah dilakukan intervensi oleh peneliti. Terlihat tingkat penurunan durasi yang sangat besar setelah

peneliti melakukan intervensi terhadap subjek dengan menggunakan konseling behavioral teknik modifikasi perilaku.

Penerapan konseling behavioral teknik modifikasi perilaku menggunakan stimulus *reward* dan *punishment*. *Reward* akan diberikan sebagai konsekuensi positif dalam penelitian ini subjek akan mendapatkan *reward* apabila dia mampu menahan diri untuk bermain judi online. Dan *punishment* akan diberikan sebagai konsekuensi negatif, yang dalam penelitian ini akan diberikan apabila subjek tidak dapat menahan diri untuk bermain judi online.

DAFTAR PUSTAKA

- Geral Corey. (2011). *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: PT. Indeks.
- Gunawan, Didik. (2018). Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modelling Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Usia 10 Tahun. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 5, no. 2: 105–118.
- Harahap, Nurhotia. (2018). Pelaksanaan Kepolisian Dalam Menanggulangi Judi Online Di Padangsidempuan. *TAZKIR: Jurnal Penelitian Ilmu-ilmu Sosial dan Keislaman* 4, no. 2: 281–298.
- Haris, Andi, and Heru Heru. (2019). Judi Online Dikalangan Remaja (Kasus Kelurahan Bone–Bone, Luwu). *Hasanuddin Journal of Sociology* 1, no. 2: 127–138.
- Permana, Jati, and Sri Maryati Deliana. (2018). Perilaku Judi Kupon Togel Pada Remaja Desa Sukorejo Kabupaten Kendal. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah* 6, no. 2: 79–84.
- Sunanto, Juang, Koji Takeuchi, and Hideo Nakata. (2006). *Penelitian Dengan Subjek Tunggal.* Bandung: UPI Press.
- Ulfah, Alfiatun Fitriani, and Rully Charitas Indra Prahmana. (2018). Single Subject Research: Implementasi Pembelajaran Berbasis Masalah Terhadap Pemahaman Matematis Siswa. *Jurnal Elemen* 4, no. 1: 105–118.